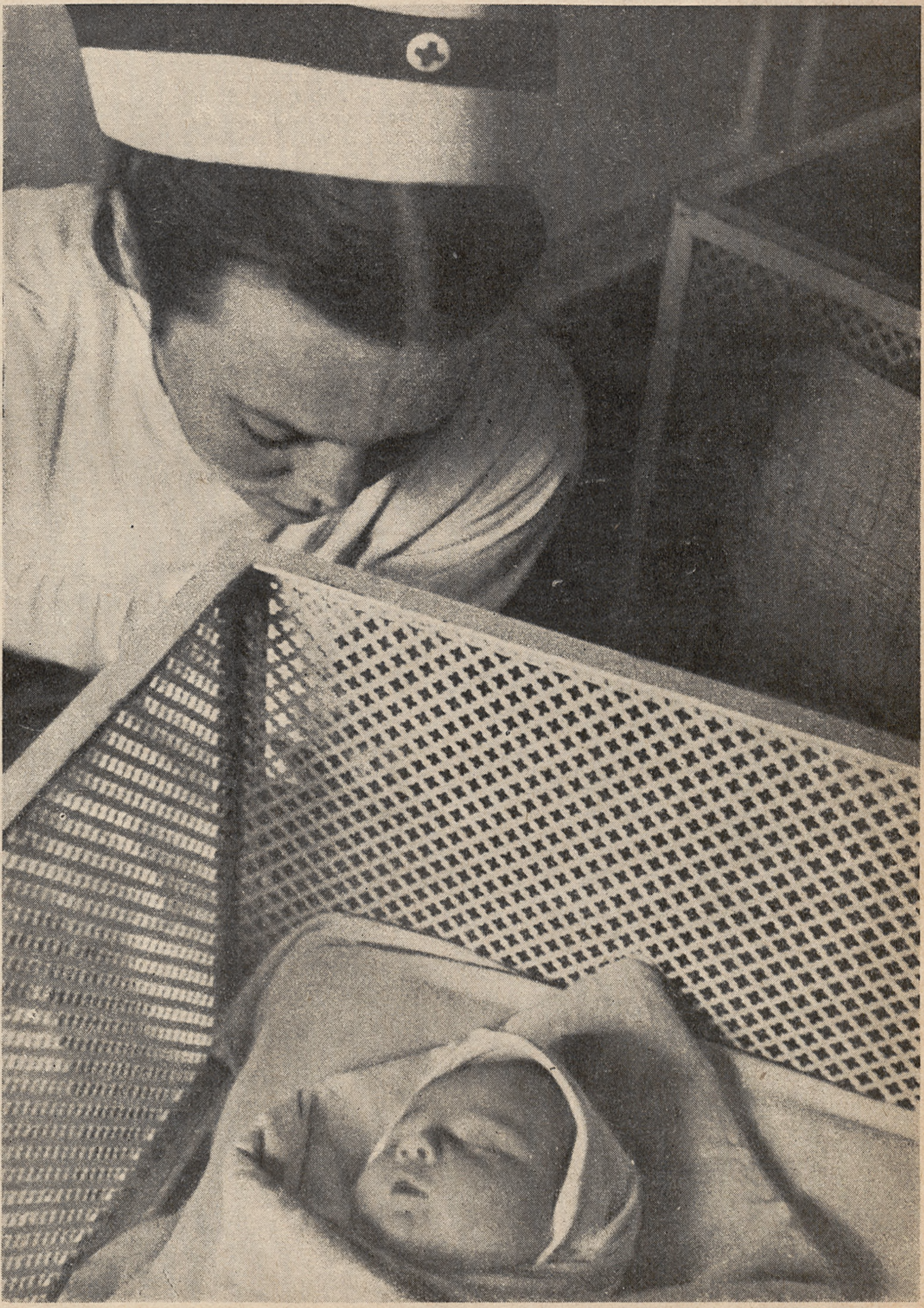
JESTEM

NA STANOWISKU W CZASIE POKOJU I WOJNY

CZASOPISMO P.C.K. DLA WSZYSTKICH

Rok XX | Maj 1947 r. | Nr 5



SPIS RZECZY

SOMMAIRE

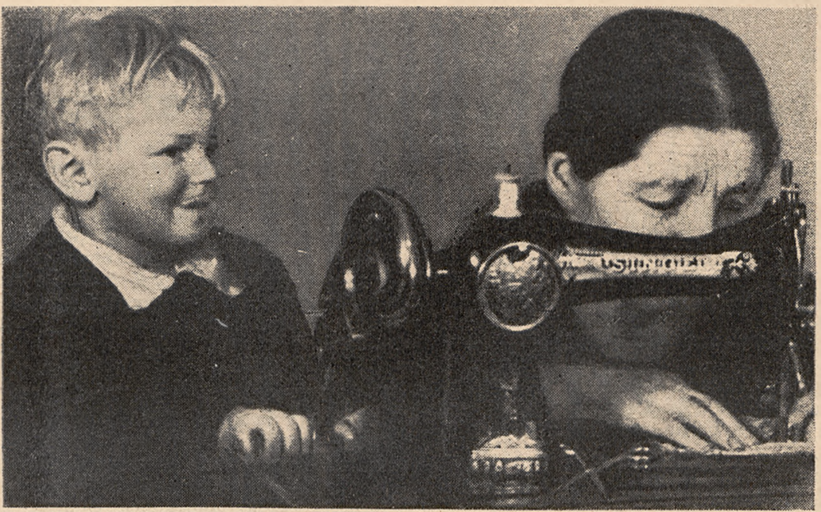
SUMMARY

JESTEM
NA STANOWISKU W CZASIE POKOJU I WOJNY
Ilustrowany miesięcznik Polskiego Czerwonego Krzyża
Redaguje Komitet. Redaktor Kazimiera Muszołówna. Wydaje Zarząd Główny P. C. K
Redakcja i Administracja: Warszawa, Nowogrodzka 49. Telefon 885-58

Dzień Matki

Raz na rok, zawsze w tym samym dniu — dwudziestego szóstego maja — obchodzimy Święto Matki.

Składamy jej w tym dniu życzenia, chcemy jej ten dzień uprzyjemnić, piszemy — bijące wzruszeniem — artykuły w prasie i odezwy, wygłaszamy przemówienia i pogadanki.



Zamiast odpoczynku...

Na łamach naszego pisma podejdziemy do tej sprawy trochę inaczej. Zamiast artykułu stereotypowej treści—spróbujemy pokazać matkę prawdziwą, matkę w kilku pojedyńczych, a zawsze prawdziwych obrazach, matkę taką, jaką widzą jej własne dzieci, a nie dziennikarz czy literat, syntetyzujący dobranymi słowami.

Będzie to matka z najliczniejszego w Polsce legionu matek. Matka uboga, zapracowana, zaniedbana, przedwcześnie postarzała, źle ubrana, matka z ciasnej, biednej izby. Matka, która niewiele może dać swym dzieciom, prócz serca. Matka która, pracując najciężej za siebie, a niekiedy i za ojca, dla zarobku poza domem i bez zarobku w domu, niezawsze zdobywa dość środków, by zaspokoić najkonieczniejsze potrzeby dziecka.

Cóż mogą mówić o takiej matce dzieci, którym bywa w domu głodno i chłodno, dzieci zaniedbywane z braku czasu, dzieci, które przez parę godzin wychowuje szkoła, znacznie dłużej każdego dnia — ulica, a tylko dorywczo — zapracowana matka ?

Wbrew wątpliwościom te właśnie dzieci mówią o matce tak, że słowa ich układają się w hymn, miłość graniczy z uwielbieniem, a uznanie wyrasta do wielkości niemal kultu. Z głosów tych dzieci powstaje chór, który daje potężny wyraz hołdu dla matki za jej niezawodną, nieodwracalną, nie dającą się zrazić i zmienić miłość dla dzieci.

Przed samą wojną wśród młodzieży świetlicowej w Warszawie przeprowadzono ankietę na temat:— „czym byli ojciec i matka w moim życiu?" Udział w ankiecie brali przeważnie chłopcy, w wieku od szesnastu do dwudziestu lat, rekrutujący się z rodzin ubogich, często bezrobotnych i nawet bezdomnych. Ich zawód — to źle wynagradzani terminatorzy, robotnicy niewykwalifikowani, nierzadko bezrobotni.

Byli to chłopcy niekiedy dość wyrobieni w myśleniu społecznym, radykalni, śmiało wypowiadający się o potrzebie gruntownej przemiany gospodarczo - społecznej ówczesnego ustroju. Inni — mieli tylko poczucie doznawanej krzywdy społecznej. Jeszcze inni — wskutek paroletniego beznadziejnego oczekiwania na pracę — byli już tylko zrezygnowani i ogromnie bezradni w swojej nędzy bezrobocia.

Ze wspomnianej wyżej ankiety wyjmujemy słowa, jakimi chłopcy ci mówili o swych matkach:

— Najpiękniejszą postacią i aniołem opiekuńczym mojego życia była matka. Łagodziła konflikty między nami a ojcem na tle osobistych naszych przekonań. Była jedyną więzią serdeczności i ciepła w rodzinie, które wraz z jej śmiercią znikły na zawsze. Cześć i szacunek dla matki pozostaną mi na całe życie.

— Matka moja jest dla mnie największym majątkiem na świecie, pisał inny chłopak. Dziękuję Bogu, że daje jej życie do tej pory i prosiłem zawsze, aby mi pozwolił doczekać jaśniejszych dni razem z matką moją. Była ona zarazem matką i ojcem dla mnie.

— Matka była słońcem mego życia, pisze młoda dziewczyna. Kochałam jej pogodę, twarz jasną i uśmiechniętą. Każdemu gotowa była pomóc, nie skarżyła się nigdy. Po jej śmierci życie stało się dla mnie ciężarem, bo nie mam nikogo, kto by mi pomógł lub poradził.

— Matka moja była i jest dla mnie towarzyszką życia. Matka, w przeciwieństwie do ojca, była dla mnie dobra i wszystko, co tylko mogła mi dać, to dawała. Kiedy ojciec chciał mnie bić — matka broniła mnie.

— Matka dla mnie jest wszystkim. Jest mądra, pracowita, energiczna i dobra. Dla nas nie żałuje sił i zdrowia. Wszystko, co mam i czym jestem, zawdzięczam matce, jej dobroci i jej poświęceniu.

— Nie wiem, czy jest na świecie osoba, która bardziej troszczyłaby się o nas, niż matka. Jeśli nie przyszedłem do domu na noc, matka nie mogła spać ani jeść. Obecnie mam już własne ognisko domowe, a matka nie przestaje o mnie myśleć. Dlatego kocham moją matkę i mam dla niej szacunek.

— Matka była dla mnie wszystkim. Dała mi wszystko, co mogła dać: miłość, troskliwość, obronę przed moim brutalnym ojcem, sama narażając się na jego bicie. Umarła, a ja zawsze mieć będę dla niej uwielbienie.

— Ofiarna praca mojej matki, poświęcenie wszystkich jej sił dla mnie, wytworzyły we mnie jakiś szczególny dla niej kult. Matka dawno już nie żyje, a mimo to ona właśnie jest wciąż dla mnie bodźcem do szlachetniejszych dążeń i myśli.

Tych kilka cytat, przytoczonych z przedwojennej ankiety, obrazuje wyraziściej, niż artykuł dziennikarza, czy literacka nowela, rolę Matki. Owe cytaty pokazują prawdę o tym, jak się formuje fala wzruszenia i jak zastyga w sercach młodzieży najczulsze wspomnienie o Matce.

K. M.

Zasady i wytyczne polityki zagranicznej P. C. K.

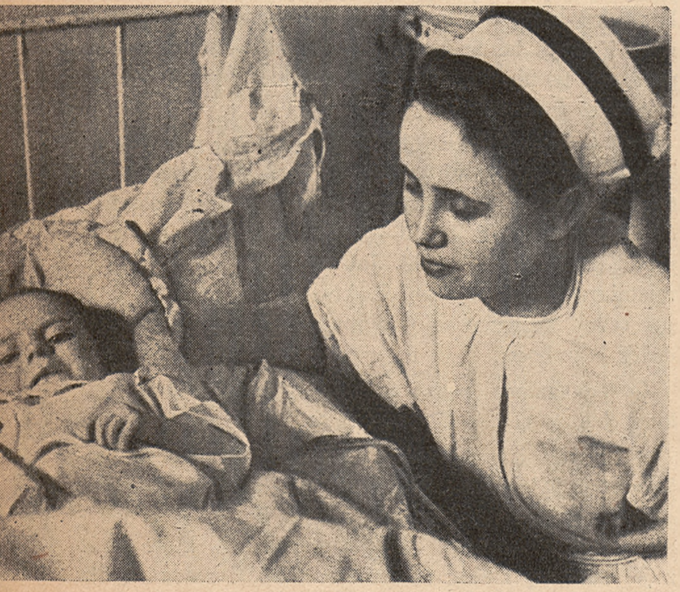
(Dokończenie)

Działalność zagraniczna PCK przechodziła różne fazy. Wiemy o tym, że zaraz po wojnie Polska uważana była za kraj niemal egzotyczny, na który zwrócone były oczy całego świata. Pierwsze kroki PCK na terenie zagranicznym krzyżowały się z działającymi na tym terenie różnymi czynnikami gospodarczymi i politycznymi, nie mówiąc o aspektach, wynikających z realnych potrzeb samego kraju.

Pierwszym, naczelnym zadaniem naszej polityki zagranicznej było wyrobienie Polskiemu Czerwonemu Krzyżowi uznania, prestiżu i stanowiska we władzach Międzynarodowego CK.

Drugim — nawiązanie odpowiednich kontaktów z innymi Narodowymi CK. Kontakty te w miarę potrzeby były rozszerzane i będą nadal rozszerzane lub zmieniane.

Następne zadanie naszej polityki zagranicznej dotyczyło konieczności roztoczenia opieki nad Polakami zagranicą, przede wszystkim nad deportowanymi i t. zw. „nową emigracją".



W żłobku P.C.K. dla niemowląt

Czwartym zadaniem — może najmniej spełnionym — była propaganda wkładu PCK w Polsce do walki o uzyskanie niepodległości, oraz propaganda strat i potrzeb naszego kraju, widzianych przez soczewkę PCK.

Piątym zadaniem, obliczonym na dłuższą metę, było organizowanie lub współdziałanie przy organizowaniu pomocy innych Narodowych CK dla Polski.

Jeżeli chodzi o pierwsze zadanie — wyrobienie sobie uznania, prestiżu i stanowiska—to sprawa ta została prawie w 100 procentach zrealizowana. Jeszcze w Genewie w 1945 r. Sekretarz Ligi CK oświadczył autorytatywnie naszemu delegatowi, że z chwilą uznania Rządu Polskiego — PCK z Zarządem Głównym w kraju staje się organizacją prawnie uznaną i jedyną, która może reprezentować Narodowy CK. W konsekwencji tego uznania, prestiż PCK zagranicą szybko wzrastał i na każdej konferencji międzynarodowej CK przejawiał się w sposób zupełnie widoczny.

Właściwe stanowisko i uznanie dla swej Czerwonokrzyskiej działalności zdobywają sobie po kolei na terenie zagranicznym: — najstarsza i dynamiczna delegatura PCK we Francji; — po podpisaniu umowy z UNRRA w kwietniu 1946 r. — delegatura w Niemczech, później — delegatura w Anglii, następnie zaś — delegatury w Belgii, Austrii i Szwajcarii.

Udział delegacji PCK w pracach Kongresu w Oxfordzie, jej aktywność i inicjatywa, bezpośredni wpływ na charakter szeregu postanowień i zasad, był prestiżowym i efektownym osiągnięciem naszej Czerwonokrzyskiej polityki zagranicznej.

PCK, będąc członkiem Komitetu Wykonawczego Ligi, ma możność w dalszym ciągu wywierać wpływ na charakter wykonawczy dobrze postawionych zasad Oxfordzkich. Na posiedzeniu Komitetu Wykonawczego Ligi CK w listopadzie 1946 r. w Paryżu, delegacja polska dała dobitny wyraz stanowisku PCK w sprawie zasad Oxfodzkich, ujmujących zagadnienie pokoju. Rezolucja polska przyjęta została bez zmian. Polski Czerwony Krzyż zadokumentował jeszcze raz, że naczelne zasady humanitarne muszą być pierwszoplanowo stawiane i jasno rozgrywane.

W opiece nad Polakami zagranicą PCK kierował się początkowo zasadą opieki ogólnej i wszechstronnej. W pierwszej fazie okresu powojennego musiał się nastawić na opiekę nad nową emigracją i deportowanymi, obejmując w ten sposób zasadniczo wszystkich obywateli polskich, przebywających zagranicą i potrzebujących jego pomocy.

Zasada ta podyktowana była m. in. koniecznością wyeliminowania wpływów nielegalnie istniejącej instytucji, mianującej siebie Polskim Czerwonym Krzyżem, w Londynie, i posługującej się w swej działalności brutalną i sprzeczną z zasadami Czerwonokrzyskimi propagandą polityczną.

W drugiej fazie punkt ciężkości opieki PCK przenosi się na opiekę nad repatriacją, której nasze delegatury w Niemczech, Francji i Austrii oddają duże usługi opiekuńcze i samarytańskie. Współdziałają w tej akcji zorganizowane w kraju trzy pociągi sanitarne PCK.

Organizacja pomocy dla Polski nie stanęła początkowo na tym poziomie, jakiego wymagały potrzeby kraju. Przeszkodą była z jednej strony nieufność zagranicy do Polski, z drugiej — dynamiczna działalność organizacji, która nielegalnie nosiła nazwę PCK. Tutaj pośrednio PCK natrafił na takie warunki, że do swych zadań musiał dołączyć zadanie pokonania działalności instytucji, nielegalnie uznanej. To swoje zadanie na terenie zagranicznym PCK spełnił w zupełności, w sposób możliwie najdelikatniejszy i najtaktowniejszy — w konsekwencji ogólnej uchwały Oxfordzkiej, wniesionej przez delegację polską.

Jakie zadania na najbliższą przyszłość będzie miała nasza polityka i taktyka zagraniczna?

Różne placówki zagraniczne PCK różniły się nastawieniem i taktyką w swej działalności, z powodu specyficznych warunków politycznych i innych danego kraju. Różne ośrodki polskiej emigracji w różnych krajach wykazywały różne nastawienia i potrzeby i odznaczały się stąd różnym charakterem.

Delegatury w Niemczech i Austrii nastawione były przede wszystkim na repatriację i miały poza tym obowiązek wyszukiwania rozproszonych i zgermanizowanych dzieci polskich. Wobec tego, że te delegatury uzależnione były w pewnym stopniu od sytuacji repatriacyjnej w danych krajach — charakter ich działalności był w pewnym stopniu zlecony.

Ponieważ repatriacja przeszła już swój szczytowy punkt i obecnie się kurczy, jest zupełnie zrozumiałe, że delegatury działające w tych krajach muszą ulec w najbliższym czasie ograniczeniu i skurczeniu. Przewidujemy jednak, że delegatury te w innym składzie i ze zmniejszonym personelem w miarę potrzeby istnieć będą jeszcze przez pewien czas.

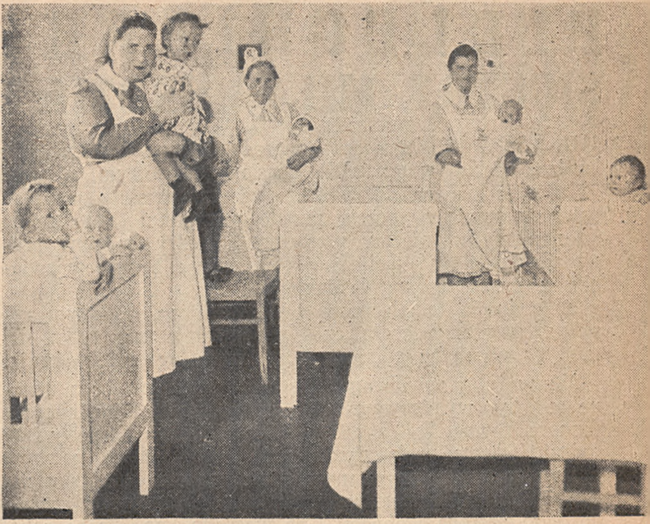
Cały szereg zleconych czynności, które wykonywały nasze delegatury zagraniczne, przechodzić będą na agendy państwowe, jak np. opieka społeczna — na konsulaty; czynności te zatem odpadną od naszych zadań.

Musimy się liczyć z tym, że budżety delegatur PCK stanowią duże obciążenie finansowe w ramach ogólnego budżetu PCK i dlatego powinniśmy ograniczyć nasze wydatki zagranicą tam, gdzie to będzie możliwe.

Dotychczas PCK może za mało doceniał w kraju potrzebę roztoczenia opieki nad starą emigracją. Obecnie doszliśmy do przekonania, że tam, gdzie istnieje stara emigracja, dość zdrowy element narodowy — PCK chętnie odda swoje usługi, aby ten zdrowy element narodowy starej emigracji, ciągnącej do kraju, otoczyć wydatną opieką. Tam, gdzie istnieją placówki starej emigracji, utrzymamy dłużej nasze delegatury; dotyczy to Francji, Belgii i Westfalii w Niemczech.

Odrębny charakter ma nasza placówka w Anglii. Ta placówka może najmniej współdziałała w akcji repatriacyjnej, ma ona natomiast duże zadanie do spełnienia, organizując w dalszym ciągu i pośrednicząc w pomocy materialnej zagranicy dla Polski. Zdobywanie pomocy zagranicy — to zadanie delegatury naszej w Anglii. Aby je spełnić, będzie się musiała do tego dokładnie przygotować i odpowiednio rozbudować.

Biorąc pod uwagę, że nasze delegatury zagraniczne działały dotychczas w odosobnieniu i miały dość słaby kontakt z centralą w Warszawie, doszliśmy do przekonania, że należy stworzyć przodującą centralną delegaturę zagraniczną. Wobec tego, że punkt ciężkości międzynarodowej działalności CK — siedziba Ligi — przenosi się do Paryża, i biorąc pod uwagę, że placówka nasza w Paryżu jest najstarsza, bardzo dynamiczna, żywotna i rozbudowana najlepiej — doszliśmy do przekonania, że centralną delegaturą zagraniczną powinna być delegatura PCK w Paryżu i na terenie tej delegatury powinna powstać Ekspozytura Wydziału Zagranicznego Dyrekcji Zarządu Głównego PCK w Warszawie. Ekspozytura ta objęłaby nie tylko Europę, ale również rozwój i organizację placówek zagraniczych na terenie Ameryk.



Ostrów Wielkopolski posiada żłobek PCK Dzieci mają wyprawki z darów Amerykańskiego C. K.

Nasz Wydział Zagraniczny w Warszawie ma mieć bardzo ścisły kontakt ze swymi delegaturami zagranicznymi, za pośrednictwem delegatury w Paryżu, ma organizować ścisłą i bieżącą sprawozdawczość delegatur zagranicznych, rozsyłać biuletyny informacyjne o aktualnych sprawach polityki zagranicznej oraz o najważniejszych posunięciach i tendencjach PCK w kraju.

Przewidując nasz udział w repatriacji, tak bardzo potrzebnej w kraju starej emigracji, chcielibyśmy działalność PCK ściślej powiązać z działalnością Misji Repatriacyjnych, powiązać nawet personalnie, aby uniknąć dwutorowości i nieporozumień.

Jeśli chodzi o rozwój i charakter naszej polityki zagranicznej, popełniliśmy dość charakterystyczny błąd. PCK nawiązał kontakt ze wszystkimi zachodnimi Czerwonymi Krzyżami dość szybko, może dlatego, że do Polski przybyły liczne misje różnych narodowości CK, pociągnięte być może specyficznym zainteresowaniem Polską powojenną. Ciekawym zjawiskiem jest fakt, że ze Słowiańskimi Czerwonymi Krzyżami, a w szczególności z Radzieckim Czerwonym Krzyżem i Czerwonym Półksiężycem, zetknęliśmy się dopiero w Oxfordzie.

Jest to poważna luka w naszych kontaktach. W celu utrzymania równowagi w naszej Czerwonokrzyskiej polityce zagranicznej, najbliższym naszym zadaniem będzie nawiązanie bliższego kontaktu z Radzieckim CK i Półksiężycem, a następnie z Jugosłowiańskim, Bułgarskim i Albańskim, które odnoszą się do nas z największą sympatią, zademonstrowaną na Kongresie w Oxfordzie.

Takie jest nasze credo Czerwonokrzyskiej polityki i wytyczne taktyki zagranicznej i międzynarodowej.

Reasumując, przypomnę i podkreślę: PCK w dziedzinie polityki międzynarodowej stawiać będzie nadal konkretnie i konsekwentnie przodującą, naczelną zasadę humanitarną — zapobieganie wojnie.

Pod tym kątem widzenia układać będziemy nasz stosunek do zagadnienia nowych konwencji międzynarodowych.

W żadnym wypadku nie zechcemy tolerować sytuacji, w których zasady humanitarne i konwencje zależeć będą od specjalnej polityki, ufundowanej przez procent od dochodów wojny i zbrojeń.

PCK inicjuje i popiera nowe porozumienie, nowe podejście, nowe stanowisko wobec zasad humanitarnych, dążąc do jak najbardziej realnego i uczciwego ich urzeczywistnienia.

DR FELIKS KACZANOWSKI
wiceprezes PCK

PIELĘGNIARKI
SIOSTRY MIŁOSIERDZIA*)

Do Szkół Pielęgniarek Zarząd Główny przywiązuje bardzo wielką wagę. W czasie pokojowym, a więc w okresie dla nas przygotowawczym, musimy posiadać pewne warsztaty pracy, przede wszystkim dla celów szkoleniowych. musimy utrzymywać kadry, musimy prowadzić działalność społecznie korzystną, a będącą w związku z naszą ogólną działalnością.

Za jedno z takich zadań podstawowych, o dużym zasięgu, uważamy kształcenie pielęgniarek nie tylko dla naszych własnych potrzeb, lecz i na usługi całego kraju.

Mamy tutaj pewne ambicje, które może nie będą uznane za zbyt wygórowane. Nie mamy prawa i nie chcemy monopolizować tej akcji w swoim ręku. Chcielibyśmy jednak odegrać rolę przodującą. Szkoły nasze powinny służyć za wzór innym, nasze pielęgniarki mogłyby nadawać ton pielęgniarstwu polskiemu. Moglibyśmy rościć do tego pretensje choćby i ze względu na liczbę szkół przez nas prowadzonych i z racji charakteru PCK, mającego za podstawę niesienie pomocy w nieszczęściu i chorobie. Czerwonokrzyska siostra miłosierdzia jest najlepszym wyrazem tej pomocy.

O roli pielęgniarstwa w ochronie zdrowia ludności można by powiedzieć wiele, ale na to nie miejsce i czas w chwili obecnej. Warto jednak podkreślić parę zasadniczych momentów.

Medycyna współczesna korzysta coraz bardziej z pomocy technicznych nie tylko w rozpoznaniu, lecz i w leczeniu chorób. Nawet w najprostszych schorzeniach stosujemy obecnie wiele przyrządów skomplikowanych i wiele czynności, wymagających nie tylko wiedzy, lecz i zręczności technicznych, które można nabyć tylko drogą długotrwałego szkolenia. Wykonywanie całej tej pracy może być powierzone tylko dobrze wykwalifikowanej pielęgniarce, co jednocześnie odciąży wybitnie lekarza i pozwoli jego wiedzę lepiej wykorzystać.

Najprostsze zabiegi, związane z pielęgnacją chorych, też nie mogą być powierzone osobie bez żadnego przygotowania: zmiana pościeli, umycie chorego, inaczej są wykonywane przez osobę nauczoną i fachowo przygotowaną, inaczej przez człowieka, który wkłada maksimum dobrej woli, a nie umie się do tego zabrać.

Wreszcie, każdy chory choruje na swój sposób, każdy wymaga odrębnej pielęgnacji. Osoba, która się poświęca pielęgnowaniu, winna być wtajemniczona w przebieg choroby, żeby się mogła dostosować do potrzeb organizmu, żeby mogła zapewnić choremu akurat taką opiekę, jakiej on wymaga z uwzględnieniem jego psychiki.



...zef sanitarny P.C.K., prof. dr M. Kacprzak, przemawia na otwarciu Szkoły Pielęgniarstwa P.C.K. w Łodzi

I to można osiągnąć również tylko na podstawie wiedzy i doświadczenia. Żadna miłość, nawet najbardziej poświęcająca się, wyszkolenia tu zastąpić nie może.

Ale działalność pielęgniarki nie ogranicza się dzisiaj tylko do szpitala i do pokoju chorego. Hasłem dnia dzisiejszego jest medycyna zorganizowana. Nie dziś, to jutro będzie ona dominować. Do jej potrzeb musimy więc dostosować cały nasz personel.

Skoro mówimy o medycynie zorganizowanej, to przychodzi nam zaraz na myśl akcja zapobiegawcza, a o zapobieganiu może być mowa tylko wówczas, gdy jest ono stosowane w porę. Często jeszcze w stanie przedchorobowym, t.j. kiedy chory nie zdaje sobie sprawy ze stanu, w jakim się znajduje, choroby nie przeczuwa i nie przewiduje, my ją musimy sami odnaleźć. I tu właśnie pielęgniarka wchodzi w grę. Zadaniem jej jest wyszukanie chorego i sprowadzenie go do lekarza, możliwie jak najwcześniej. Ona staje się stałym łącznikiem między lekarzem i chorym, którego my szukamy nie on nas.

Akcja zapobiegawcza zakreśla coraz szersze kręgi. Lecznictwo zorganizowane staje się coraz bardziej prewencyjne, przyczynowe. Usuwanie objawów chorobowych coraz mniej nas zadowala, choć często jest jeszcze nieuniknione. Chcemy zawsze sięgnąć do źródła zła. A tym złem są często warunki społeczne, środowisko, praca i życie codzienne chorego w nieodpowiednim otoczeniu. Czynniki te warunkują często powstawanie choroby, wzmagają jej rozwój, utrudniają powrót do zdrowia. Dopóki nie usunie się tych przyczyn, lecznictwo będzie połowiczne. Nie może człowiek wyleczony wrócić do dawnych warunków i dawnych złych nałogów, bo i choroba na nowo się uzewnętrzni i całe leczenie okaże się bezowocne.

Dlatego dzisiaj kładziemy tak duży nacisk na warunki społeczne związane z bytem i z pracą, ze wszystkimi czynnościami, które wypełniają całe życie człowieka, ze wszystkimi troskami, które zajmują jego umysł. Pielęgniarka ma w tej dziedzinie dużą rolę do odegrania, a terenem jej pracy staje się dom chorego, w którym wytwarza się łączność między lecznictwem, zapobieganiem w znaczeniu ściśle lekarskim i higieną.

Pielęgniarka ma tu ogromną rolę do odegrania. Już ją zresztą odegrała. Nasze Ośrodki Zdrowia nie byłyby tym, czym są, gdyby nie pielęgniarstwo. W akcji społeczno-leczniczej obecnie pielęgniarki odgrywają rolę dominującą. Można zaryzykować twierdzenie, że trzy czwarte powodzenia w tej dziedzinie zawdzięczamy pielęgniarkom. Wyobraźmy sobie, jak wyglądałaby cała akcja w dziedzinie walki z gruźlicą, jaglicą i chorobami wenerycznymi, z wysoką umieralnością niemowląt i innymi klęskami społecznymi! Gdyby nie brały w tym udziału pielęgniarki, nie mielibyśmy się zapewne czym pochwalić.

Do działalności w dziedzinie lecznictwa, od dawna prowadzonej, lecz udoskonalonej i nowej, coraz rozleglejszej, o charakterze społecznym, potrzebny nam jest dobrze wyszkolony personel. W tej pracy nowopowstająca, dziś otwierana szkoła łódzka powinna odegrać należną jej rolę.

Kierownictwo złożyliśmy w dobre ręce Pani Stencel. Uczennice Szkoły łódzkiej, kształcone i wychowywane przez nią, staną się dobrymi pielęgniarkami. Z pewnością też będą one wychowane w duchu obywatelskim, odpowiadającym czasom dzisiejszym, potrzebom i warunkom obecnym, jak się utarło mówić, dzisiejszej rzeczywistości.

Wreszcie słów parę do tych, które tworzyć będą pierwsze szeregi wykwalifikowanych pielęgniarek na tym terenie. Przyniosły one z sobą, jak wszyscy młodzi, wiarę w lepszą przyszłość i zapał młodości. Życzę im serdecznie, aby ani życie, ani wiedza nie odebrały im wiary, nie ostudziły zapału nawet go nie usztywniły, tylko nadały mu kształty, kierunek rozwoju i odpowiedni wyraz.

Kandydatki do Szkoły Pielęgniarstwa w Łodzi wybrały ten zawód nie przypadkowo. Musiało je coś skłonić, jak to jest z wyborem każdego zawodu, a to coś

---

*) Artykuł niniejszy jest powtórzeniem przemówienia, jakie autor wygłosił na otwarciu Szk. Piel. PCK w Łodzi, w dniu 15 marca br.

w tym przypadku, to chęć niesienia pomocy cierpiącym. Kto tego w sobie nie ma, nie będzie pielęgniarką. Otóż niech zetknięcie się z chorym, któremu na imię setki i tysiące, nie ochłodzi serc, nie przytłumi uczuć i zapału w tym kierunku. Te święte uczucia trzeba w sobie kultywować.

Miłosierdzie w średniowieczu nazywano res sacra — rzeczą świętą. Pozostało ono rzeczą świętą i dziś.

Ludność nasza nazywa pielęgniarki siostrami, albo siostrami miłosierdzia; to znaczy, od nich ludność oczekuje wyraźnych przejawów tego uczucia. Nie wolno uczynić jej zawodu, żeby nie stracić jej zaufania. Idea miłosierdzia jest wzniosłą ideą Czerwonokrzyską, pod tym właśnie sztandarem przyszłe pielęgniarki mają zdobywać wiedzę, a następnie pracować. Zresztą współczucie dla człowieka cierpiącego, to szczyt człowieczeństwa. Tego uczucia nic może zabić i nie zabija żadne uspołecznienie.

W nowootwartej uczelni kandydatki na pielęgniarki kształcić się winny i wychowywać na obywatelki kraju, których zadaniem jest niesienie pomocy cierpiącemu człowiekowi.

Prof. dr MARCIN KACPRZAK



Stawianie baniek wymaga umiejętności i wpr żeby nie oparzyć chorego

Uczymy się pielęgniarstwa

Pielęgniarstwo istnieje tak dawno, jak cierpienia człowieka, spowodowane chorobą. Instynkt macierzyński nakazał kobiecie zająć się chorym dzieckiem, a instynkt rodzinny kazał jej stanąć u łoża cierpiącego człowieka.

Twórczynią współczesnego pielęgniarstwa była Florencja Nightingale (1820 — 1910). Twórca Czerwonego Krzyża, Henryk Dunant, tak pisze o niej:

„Chociaż jestem uważany za założyciela Czerwonego Krzyża i inicjatora Konwencji Genewskiej, jednak zasługę powstania tych instytucji przypisać powinniśmy pewnej Angielce. Bodźcem mego wyjazdu do Italii podczas wojny 1859 r. była działalność Florencji Nightingale w czasie wojny Krymskiej".

Aby być dobrą pielęgniarką należy mieć nie tylko umiłowanie zawodu i uzdolnienia w tym kierunku. Trzeba jeszcze otrzymać odpowiednią naukę zarówno teoretyczną, jak i praktyczną, polegającą na znajomości wykonywania różnych zabiegów pielęgniarskich, umiejętności dobrej obserwacji chorego i dodatniego psychicznie oddziaływania nań. Zadanie to spełniają Szkoły Pielęgniarstwa.

Część teoretyczna nauki w szkole obejmuje wykłady z chemii, fizyki, anatomii i fizjologii, bakteriologii, chorób zakaźnych, chorób wewnętrznych, chirurgii, ginekologii i położnictwa, chorób dziecięcych, społecznych, wenerycznych, farmakologii oraz zasad pielęgniarstwa, etyki i historii pielęgniarstwa itd.

Zanim uczennice pójdą na praktykę szpitalną, muszą w Szkole nauczyć się wszystkich zabiegów i czynności pielęgniarskich. Ta nauka praktyczna odbywa się pod kierunkiem instruktorek klasowych, które demonstrują szczegółowo każdy zabieg, a następnie sprawdzają jego wykonanie.

Nauka praktyczna odbywa się w szpitalu: na salach chorych dorosłych i dzieci, na sali opatrunkowej, operacyjnej, rentgenie, fizykoterapii, administracji szpitalnej, a potem w Ośrodkach Zdrowia, w domu chorego, w fabryce, szkole itp. Na wszystkich tych placówkach pracują instruktorki-pielęgniarki, odpowiedzialne za pracę i naukę uczennic.

Polski Czerwony Krzyż bierze czynny udział w szkoleniu pielęgniarek. W chwili obecnej na 10 czynnych w Polsce szkół — trzy są Szkołami Pielęgniarstwa Polskiego Czerwonego Krzyża, mianowicie: w Poznaniu, Szkolna 16, w Zabrzu koło Katowic, Dubiela 10 i w Łodzi — Sterlinga 1-3.

(s).



Zastrzyk winien być wykonany aseptyczni szybko i sprawnie



Mycie chorego w łóżku jest także umiejętnością



Mycie głowy ciężko - choremu w łóżku musi tak wykonane, aby pacjent nie czuł zmęczen

PCK A ŚWIĘTO 1-go MAJA

Wystarczy porównać okres pańszczyzny, zacofania gospodarczego, niewoli osobistej, zależności feudalnej, uprawomocnionych przywilejów jednostek i grup, wyzysku i ciemnoty mas ludzkich, znamionujących ubiegłe wieki, z uchwaloną niedawno przez Sejm odrodzonej Rzeczypospolitej „Deklaracją w przedmiocie realizacji praw i wolności obywatelskich", by uchwycić wielką drogę, jaką przeszła ludzkość, a wraz z nią i naród polski, w ostatnich dziesiątkach lat. Zamiast systemu przywilejów przewodzi w społeczeństwach idea sprawiedliwości powszechnej, wolności, pracy twórczej i pokoju, biorąca w opiekę każdego człowieka.

Idea ta, rzucona ludzkości prawie dwa tysiące lat temu, zagubiła się w ciasnym egoizmie jednostkowym i stanowym. Odrodziła ją dopiero ideologia świata pracy, rewolucyjne idee wolności, równości i braterstwa wszystkich ludzi. Na tym gruncie wytworzyły się potężne kierunki myślowo i ruchy organizacyjne, których najbardziej dynamicznym wcieleniem stały się wielkie robotnicze organizacje, polityczne i zawodowe. Ostatnie dziesiątki lat wieku XIX i połowa wieku XX — to okres narastania tych nowych sił także i w polskim narodzie.

Walka toczyła się na wielu frontach jednocześnie: o warunki pracy, o ośmiogodzinny dzień pracy, o ubezpieczenia społeczne, o prawo zrzeszania się, o godne człowieka wynagrodzenie za pracę, o oświatę, o wolność osobistą, wolność sumienia, wyznania i słowa, o powszechne prawo wybierania i wybieralności do organów władzy państwowej itd. Rozpoczęty przez polską klasę robotniczą ruch o zdobycie praw człowieka i obywatela parł niepowstrzymanie naprzód. Zasięg podejmowanych problemów rozszerzał się: udziałem mas pracujących stała się wtedy walka o wolność stanowienia narodów o sobie, o funkcję współrządcy i współgospodarza dla robotnika w w państwie i gospodarstwie narodowym, o pokojowe współżycie narodów i — wreszcie walka z wojną, jako sposobem załatwiania spraw spornych.

Równocześnie rozszerzał się też zasięg ruchu na inne warstwy społeczne. Państwo feudalne, państwo wyzysku, państwo niepokoju społecznego przechodzi do przeszłości. Na jego miejsce zarysowuje się państwo pokoju społeczngeo i twórczej pracy.

Zgodnie z tymi przemianami, dzień 1-go Maja z manifestacji protestu i buntu demokracji klasowej, partyjnej, przekształca się w ogólnospołeczne święto pracy.

Na przestrzeni tych samych kilkudziesięciu ostatnich lat z czysto humanitarnych pobudek powstała idea Czerwonego Krzyża. Zacieśniona początkowo do akcji organizowania opieki i pomocy rannym czy chorym żołnierzom, wyrasta z biegiem lat w wielką akcję humanitaryzacji nie tylko wojny, ale nastrojów i poglądów ludzkich. A w świetle tragicznych doświadczeń ostatniej wojny, wywołanej agresją hitleryzmu, staje się Czerwony Krzyż instrumentem już nie humanitaryzacji wojny i naprawiania jej skutków, ale także instrumentem walki z wojną, jako taką. Temu ostatniemu założeniu odpowiada w szczególności stanowisko Polskiego Czerwonego Krzyża, który w roku 1946 podjął na terenie międzynarodowym inicjatywę w tym kierunku.

I tu właśnie leży punkt styczny zasad Czerwonego Krzyża i ruchu ideowego mas pracujących, których wyrazem stało się m. in. święto 1-go Maja. Walka z wojną — jeden z istotnych elementów programowych międzynarodowego ruchu robotniczego — wyprowadzona z przesłanek klasowo - społecznych i gospodarczych, spotkała się z analogiczną tezą, wyprowadzoną z przesłanek czysto humanitarnych przez Henryka Dunant w 1863 roku. Hasło walki z wojną tkwi korzeniami w najszerszych masach społecznych, które przede wszystkim stają się ofiarami wojny i jej zgubnych skutków. Jest ono przejawem troski o życie i dobro każdego człowieka.

Pierwszomajowa demonstracja sił świata pracy jest zarazem rewią dojrzewającej idei pokoju oraz twórczej pracy. Dlatego Czerwony Krzyż, racją swego istnienia powołany do „krzewienia haseł humanitarnych", wiąże się ze Świętem Pracy w sposób istotny, treścią wspólnych haseł.

Z tego założenia wychodząc, Zarząd Główny PCK uchwałą swą z dnia 11 kwietnia 1947 r. włączył naszą instytucję w obchód Święta 1-go Maja. Naczelne hasło PCK „Miłuj bliźniego i bliźniemu służ" staje się hasłem powszechnym. Polski świat pracy, który dziś faktycznie sprawuje władzę w państwie, walczy nie o zdobycie władzy, lecz o realizację swej koncepcji ustrojowej, nowego porządku społeczno - gospodarczego.

A w tej walce, jeśli wyniki jej mają być pozytywne i szybkie, stosunek do bliźniego, musi ułożyć się na tej płaszczyźnie, jaką określa hasło PCK.

Z. M.

Przed tygodniem P.C.K.

Dorocznym zwyczajem w dniach od 1 do 7 czerwca br. na terenie całej Polski odbędzie się „Tydzień Polskiego Czerwonego Krzyża".

Ten krótki, corocznie w tym samym okresie wyznaczany odcinek czasu, przeznaczony jest na zaznajomienie całego społeczeństwa, wszystkich obywateli kraju, z celami naszej instytucji i jej działalnością, realizującą wszechstronnie podejmowane zadania.

Działalność Polskiego Czerwonego Krzyża należałoby określić, jako służbę społeczną, zadaniem której jest nieść skuteczną pomoc ludziom—ofiarom wydarzeń i wypadków żywiołowych: wojny, pożaru, powodzi, epidemii chorób i innym.

Służbę tę, w interesie człowieka ciężko dotkniętego losem, niezdolnego dźwignąć się własnymi siłami z doznanej klęski, zrodziła idea samopomocy społecznej. Społeczeństwo samo powołało do życia wielką organizację ratunku pod nazwą „Polski Czerwony Krzyż", ubezpieczając niejako zakresem jej działalności te grupy i jednostki ludzkie, które cierpią w wyniku wypadków losowych.

Z biegiem czasu organizacje Czerwonego Krzyża na całym świecie stały się symbolem czynnego miłosierdzia. Idea pomocy ofiarom wojny i katastrof żywiołowych zrosła się nierozerwalnie ze znakiem Czerwonego Krzyża. Wie o tym każdy człowiek wszędzie na świecie, zarówno mieszkaniec wielkich miast, jak i zapadłej wsi. Znak Czerwonego Krzyża, umieszczony na ramieniu człowieka, na drzwiach ambulansu czy na wagonie kolejowym, zawsze sygnalizuje to samo: gotowość pomocy i ratunku.

W okresie „tygodnia" wszystkie placówki i agendy pracy Polskiego Czerwonego Krzyża prezentują dorobek swej działalności, informują społeczeństwo o zakresie i środkach swej akcji humanitarnej. Czynią to poprzez publikacje w prasie, odezwy, afisze, ulotki, wystawy, odczyty, pochody oraz wszelkiego rodzaju imprezy publiczne. Czynią to, aby uświadomić społeczeństwu wielkość, rozległość i przydatność społeczną tego dzieła miłosierdzia, które pełni imieniem tegoż społeczeństwa. Czyni to dlatego, aby wylegitymować się publicznie z tego kapitału zaufania i ofiarności, jakimi darzy go społeczeństwo

Ale czyni to jeszcze w innych celach. Uświadamiając społeczeństwu użytkową wartość idei humanitarnych, chce skłonić społeczeństwo do tym większej uwagi, do tym wnikliwszej oceny, do tym bardziej usilnego i trwałego popierania organizacji Polskiego Czerwonego Krzyża.

Samo uznanie, samo stwierdzenie użyteczności PCK nie wystarcza. Wdzięczność, wyrażona tylko słowami za uzyskaną pomoc, nie buduje, nie wspomaga rozwoju działalności tej instytucji. Czynne poparcie daje ofiara, złożona na jej cele, czynnym poparciem jest udział w jej działalności w charakterze członka PCK.

Nie popełnimy przesady, jeśli stwierdzimy, że w okresie wojny i po wojnie Polski Czerwony Krzyż okazał skuteczną pomoc milionom ludzi. Okazał ją pod różnymi postaciami: przez odnalezienie zaginionych łączył rodziny, za jego pośrednictwem szły paczki do obozów jenieckich, on — dzięki pomocy swych bratnich organizacji zagranicznych — odział i nakarmił setki tysięcy ludzi, dostarczył wielomilionowej wartości leków, zestawów szpitalnych, narzędzi lekarskich, środków odżywczych itp. Jego ambulanse ruchome niosą ludności terenów pustynnych pomoc lekarską; stacje wiejskie, uruchomione w zapadłych wsiach, są często jedynymi w promieniu kilku kilometrów punktami sanitarnymi. Szkolone przezeń wiejskie przodownice sanitarne realizować będą we wsiach zasady higieny.

Czyż ci wszyscy, którzy doznali na sobie dobroczynnych skutków działalności humanitarnej Polskiego Czerwonego Krzyża, nie powinni stać się jego członkami? Czyż nie powinni wdzięczności swej okazać dziesięciozłotową miesięcznie składką członkowską i pracą ochotniczą w kołach PCK?



Młodzież pod sztandarami P.C.K.

Polski Czerwony Krzyż w okresie „tygodnia" zwraca się do społeczeństwa z apelem o zwiększoną ofiarność na rzecz akcji humanitarnej, wspaniałe wyniki której prezentuje codziennym wysiłkiem swych pracowników, działaczy i aktywnych członków. Apeluje o poparcie, żeby dalej prowadzić dzieło miłosierdzia.

Najlepszą na ten apel odpowiedzią będzie, jeśli w wyniku tygodniowej akcji propagandowej staną w jednym z nami szeregu tysiące nowych członków kół Polskiego Czerwonego Krzyża.

Ekshumacja ofiar wojny w Polsce

Długotrwała i ostra zima spowodowała zawieszenie prac ekshumacyjnych na dłuższy okres czasu. W styczniu i lutym prowadzono ekshumacje tylko doryweczo, przeważnie z prowizorycznych mogił.

Wydobyto wówczas przy szpitalu św. Stanisława na rogu ul. Wolskiej i Młynarskiej ze zbiorowej mogiły 250 zwłok. Przy szpitalu św. Łazarza na rogu Wolskiej i Karolkowej—216 zwłok. Na rogu ul. Podhalańskiej i Klarysewskiej — 46 zwłok i na rogu ul. Czerwniakowskiej i Idzikowskiego — 14 zwłok.



Protokólantka P.C.K. przy pracy

W połowie marca wznowiono ekshumacje na terenie całej Polski.

W Warszawie w połowie marca rozpoczęto wtórne ekshumacje z mogiły przy ul. Górczewskiej i Płockiej. Zakończono w połowie kwietnia. 15. IV. rozpoczęto ekshumacje w Ogrodzie Krasińskich. Poza tym na terenie Warszawy w miarę odgruzowywania domów wydobywane są obecnie zwłoki w różnych punktach miasta.

W Pierścieniu Warszawy przeprowadzono już ekshumacje w Szwedzkich Górach, gdzie wydobyto ok. 96 zwłok, pochodzących z egzekucji z dn. 6.I. 1940 r., oraz w Górcach k. Warszawy — 36 zwłok, osób zmarłych w okresie Powstania Warszawskiego w tamtejszym prowizorycznym szpitalu. Zwłoki przeniesiono na cmentarz w Wawrzyszewie.

Obecnie trwa ekshumacja w Lasach Młochowskich w okolicy Nadarzyna, gdzie odbywały się egzekucje przeważnie okolicznej ludności z Brwinowa, Grodziska, Pruszkowa i innych.

Na najbliższy okres projektowane są ekshumacje mogił zbiorowych, pochodzących z egzekucji dokonanych na więźniach Pawiaka na terenie gminy Młociny: Wydmy Łuże, Wólka Węglowa, Laski.

Ekshumacje na prowincji. Na początku listopada **P.C.K. w Bydgoszczy** przystąpił do ekshumacji zamordowanych przez Niemców w czasie masowych rzezi Polaków w 1939 r. W dniach 4—8 listopada z różnych miejsc egzekucji w okolicach Bydgoszczy i w samym mieście ekshumowano z masowego grobu w lesie pod Tucholą 280 zwłok, z których 63 zidentyfikowano.

Ekshumowane zwłoki przeniesione zostały w uroczystych pochodach żałobnych i złożone na cmentarzu bohaterów w Bydgoszczy.

17. kwietnia rozpoczęto w tzw. „Dolina śmierci" pod Fordonem ekshumacje pomordowanych przez Niemców mieszkańców Bydgoszczy. Ilość ofiar obliczona jest na 2.000.

W końcu listopada 1946 r. na terenie **Okręgu Gdańskiego** odbyły się ekshumacje zwłok poległych w latach 1939 — 1945 r.

Zidentyfikowano 36 zwłok gdańszczan zamordowanych w Stutthofie. Odkopywanie niektórych grobów zostało wstrzymane na skutek obecności wody i braku odpowiednich pomp. Zakończona została ekshumacja z Babiego Dołu i Szemuda. Wydobyto i przeniesiono na Cmentarz Wojenny Obrońców Wybrzeża w Redłowie 209 zwłok.

W początkach grudnia 1946 r. rozpoczęła się ekshumacja z Dębogorza i Kossalowa.

W dniu 15 grudnia 1946 r. odbyła się w Gdańsku uroczystość pogrzebowa w związku z przewiezieniem zwłok czołowych działaczy przedwojennych Polonii Gdańskiej, zamordowanych w Stutthofie, a 4.IV. 1947 r. — pogrzeb 67 czołowych społecznych działaczy polskich, zamordowanych w Wielki Piątek 1940 r. w Stutthofie przez Niemców.



Pod naporem wezbranych wód spływają chaty

PCK w akcji powodziowej

W okresie trwania powodzi we wszystkich województwach i powiatach zorganizowane były ekipy przeciwpowodziowe Polskiego Czerwonego Krzyża.

Każda ekipa składała się z 6 — 14 osób, wyposażona była w leki i materiały opatrunkowe, odżywki dla dzieci, odzież i żywność dla powodzian. Środkiem transportowym ekip były samochody ciężarowe i sanitarki.

W zakres działalności PCK wchodziła w zasadzie akcja sanitarna jednak na tych terenach, gdzie w czasie powodzi nie działały inne instytucje, ekipy PCK prowadziły także akcję żywienia powodzian, urządzania schronisk, rozdawnictwa odzieży itp. funkcje.

Na terenie okręgu Śląsko - Dąbrowskiego zorganizowany został specjalnie dla powodzian ruchomy szpital dla zakaźnych na 20 łóżek.

Czynny udział w akcji ratowniczej w czasie powodzi brały ekipy siedmiu okręgów PCK na terenach województw: Gdańskiego, Lubelskiego, Łódzkiego, Śląsko - Dąbrowskiego, Warszawskiego, Wielkopolskiego i Zachodnio - Pomorskiego. Ogółem na wymienionych terenach pracowały 54 ekipy o łącznym składzie 247 osób. Ekipy dysponowały 33 samochodami ciężarowymi, względnie sanitarkami.

W okresie trwania powodzi Polski Czerwony Krzyż wydał apel do społeczeństwa o składanie ofiar i darów dla powodzian.



P.C.K. okręg Łódzki rozdaje odzież tym, którym woda zabrała całe mienie



Pontonem podjechała pod zalany dom ekipa ratownicza P.C.K.

Apel PCK do Ligi Czerwonych Krzyży

Wobec katastrofalnych skutków powodzi, jaka nawiedziła nasz kraj, Zarząd Główny Polskiego Czerwonego Krzyża zwrócił się do Ligi Stowarzyszeń Czerwonego Krzyża z apelem, ktróego treść cytujemy:

Klęska powodzi, jaka w marcu dotknęła Polskę, zmusiła władze państwowe i organizacje społeczne, a w ich liczbie i Polski Czerwony Krzyż, do zmobilizowania wszystkich środków pomocy celem przeciwdziałania niszczycielskiemu żywiołowi i zapewnienia licznym poszkodowanym doraźnej pomocy.

Pomimo ogromnych wysiłków, pomimo, iż uczyniliśmy wszystko, aby przeciwdziałać kataklizmowi, klęska powodzi przybrała tak olbrzymie rozmiary, jakich nie notowaliśmy od kilkudziesięciu lat. Fale zerwały szereg mostów, zatopiły wiele budynków, pochłonęły tysiące sztuk bydła. Zalane zostały olbrzymie przestrzenie. Dwieście tysięcy ludzi straciło dach nad głową.

Kraj nasz, okrutnie zniszczony przez wojnę i okupację niemiecką, nie jest w stanie sprostać temu nowemu nieszczęściu, choć zwróciliśmy się z apelem do tej części społeczeństwa polskiego, którą powódź oszczędziła, prosząc o pomoc dla ofiar.

Z takim samym apelem zwracamy się do Ligi, aby za jej pośrednictwem Narodowe Czerwone Krzyże dowiedziały się o ciężkiej sytuacji w Polsce po tej nowej klęsce.

Powódź trwała kilka tygodni. Rzeki: San, Wisła, Warta i Odra wraz z dopływami wystąpiły z brzegów, zatapiając 50.000 ha ornego gruntu i 50.000 ha łąk i pastwisk. Straty w bydle i koniach są olbrzymie. Woda zniosła domy w setkach wiosek.

Rząd, instytucje społeczne i społeczeństwo udzielają pomocy powodzianom. Polski Czerwony Krzyż uruchomił 54 drużyny ratownicze z lekarzami i pielęgniarkami na czele. Drużyny te, nie bacząc na niebezpieczeństwo, przedarły się na tereny zalane, niosąc pomoc powodzianom, zapewniając im czasowe schroniska, rozdając żywność, odzież i leki.

Jednak akcja ta nie jest wystarczająca, a co więcej, jeszcze przez długie miesiące trzeba będzie nieść systematyczną pomoc tym, którzy stracili swój dobytek i dach nad głową.

Dlatego Polski Czerwony Krzyż odwołuje się do Ligi, prosząc o poparcie naszej sprawy i o wyjednanie dla nas pomocy. Pomoc ta będzie nowym dowodem spójni, łączącej Narodowe Stowarzyszenia Czerwonego Krzyża, które zdobędą sobie nowe prawo do wdzięczności polskiego społeczeństwa.



Samochody P.C.K. ratują powodzian

Na terenie województwa Warszawskiego i Gdańskiego działały ratownicze ekipy Duńskiego Czerwonego Krzyża.



Pierwszej pomocy odzieżowej powodzianom z Bud Brankowskich, pow. radomskim, udzielił P.C.K.

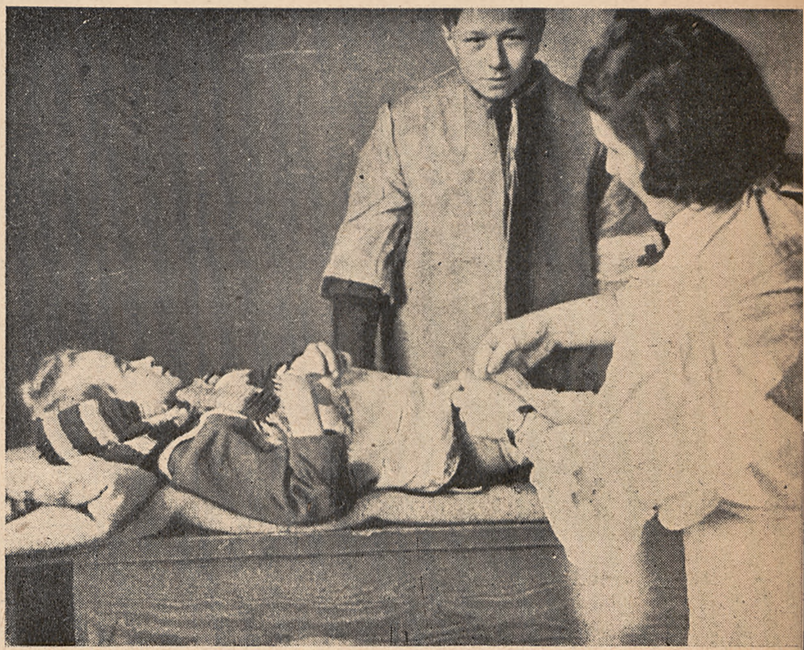
Dla zobrazowania okazanej powodzianom pomocy cytujemy kilka cyfr: rozdano ponad 15 tys. sztuk odzieży, ponad 500 par obuwia, około 6.000 kg żywności i 1.300 paczek żywnościowych (po 5 kg każda), 3.812 puszek mleka skondensowanego, 8.431 porcji zup, nadto: mydło, konserwy mięsne, jaja, dożywki dla dzieci itd.

Ekipy czerwonokrzyskie wyewakuowały z terenów zalanych 2.251 osób, przewiozły 1.200 chorych, udzieliły pomocy lekarskiej 2.839 osobom.

W okręgach, w których znajdowały się miasta uniwersyteckie, gromadnie stanęli medycy do współpracy w organizowaniu pomocy sanitarnej dla powodzian. Wykonywali swe obowiązki bezinteresownie i ofiarnie, pracowali w bardzo ciężkich warunkach, narażając swe zdrowie, a nierzadko — i życie. Docierali do punktów najbardziej zagrożonych, wszędzie niosąc pomoc, a swą pogodną i energiczną postawą dodawali ducha ludności dotkniętej powodzią.

Gdy minęła powódź — akcja ratownicza PCK zmieniła nieco charakter. Prowadzona jest nadal akcja lecznicza, przewożenie chorych do szpitali, oraz pomoc doraźna. Organizacja nasza współdziała też w rozdawnictwie odzieży.

Nadal też organizuje Polski Czerwony Krzyż dobroczynną ofiarność społeczeństwa na rzecz powodzian. Wszędzie apele PCK spotkały się z gorącym przyjęciem.



Lekarka P.C.K. udziela pierwszej pomocy dzieciku — ofierze powodzi

Prezes Szwedzkiego Czerwonego Krzyża w Polsce

Szwecja należy do tych nielicznych państw europejskich, którym w drugiej wojnie światowej przypadła rola widza nie aktora. Trudno tu zresztą nawet mówić o roli widza, ponieważ propaganda niemiecka dostarczała światu jedynie własnych enuncjacji o dramacie, rozgrywającym się w krajach okupowanych.

Pierwsze autentyczne relacje o martyrologii Polski dotarły do Szwecji za pośrednictwem uratowanych przez Szwedzki Czerwony Krzyż więźniarek obozu Ravensbrück. Po zakończeniu wojny zjawiały się w Polsce kilkakrotnie delegacje Szwedzkiego C. K., badając stan zniszczeń i potrzeby ludności. W wyniku tych wizyt podjęli Szwedzi opiekę nad polskim dzieckiem, walkę z chorobami wenerycznymi i inne rodzaje akcji leczniczo - charytatywnej.

W dniu 25 kwietnia br. na zaproszenie P.C.K. przybył do Polski Prezes Szwedzkiego C. K., hr. Folke Bernadotte. Gość nasz pragnął osobiście zaznajomić się z działalnością placówek szwedzkich w naszym kraju, a także skonfrontować z rzeczywistością pełne grozy opisy zniszczeń wojennych.

Pierwszy dzień swego pobytu w Polsce spędził hr. Bernadotte i osoby mu towarzyszące w Prewentorium w Dzierżążnie, przyjmowany przez przybyłych na jego spotkanie przedstawicieli Zarządu Głównego P.C.K. Ta znakomicie zorganizowana placówka dziecięca — rezultat prawdziwie czerwonokrzyskiej współpracy szwedzko-polskiej — wywołała szczere zadowolenie prezesa Bernadotte'a, który zaprojektował dalsze udoskonalenia Prewentorium. Jeszcze tego samego dnia hr. Bernadotte przyleciał samolotem do Warszawy i złożył w godzinach wieczornych wizytę kurtuazyjną w Zarządzie Głównym P.C.K.

Drugi dzień pobytu w Polsce nie pozostawił równie pogodnych wspomnień, jak pierwszy. Zarówno przejazd przez zrównane z ziemią północne dzielnice Warszawy, jak przejście przez zawalone gruzami uliczki staromiejskie, wywarły wstrząsające wrażenie na delegacji szwedzkiej. Tegoż dnia jeszcze oprócz zburzonego miasta zobaczył hr. Bernadotte wsie całkowicie zniszczone, wsie ziemianek i bunkrów, położone ok. 30 km od Warszawy w kierunku Modlina.



Dwaj prezesi w przyjacielskiej pogawędce

Mimo takiego ustalenia programu, który zgodnie z życzeniem naszego Gościa, miał mu dać przede wszystkim obraz naszych bolączek i braków, prezes Folke Bernadotte wyniósł z naszego kraju nie tylko wrażenie grozy i straszliwego zniszczenia, ale również silnie odczuł podziw dla potężnej woli życia człowieka w Polsce i jego niezrównanych zdolności dźwigania się z klęski. Zobaczył, że



Na gruzach Starego Miasta w stolicy



Młodzież czerwonokrzyska witała szwedzkiego gościa w terenie

zmieciona — według niemieckich komunikatów — z powierzchni ziemi Warszawa tętni życiem. Zobaczył nowe budujące się wsie, a w jednej z nich dzieci, pracujące przy swoim przyszłym domu szkolnym. A ponieważ dzień 26 kwietnia jest w Polsce obchodzony, jako Dzień Lasu, zobaczył młodzież, sadzącą nowe drzewka na miejscu wykarczowanych lasów.

Wieczorny obiad w „Polonii", na który P.C.K. zaprosił swych szwedzkich gości, dał okazję do serdecznych rozmów. Zarówno prezes Folke Bernadotte, jak i prezes dr B. Kostkiewicz, podkreślili w swych przemówieniach braterski stosunek wzajemny obu instytucji oraz wyrazili nadzieję, że nawiązane w chwili obecnej osobiste kontakty, jeszcze bardziej tę przyjaźń pogłębią.

Spędziwszy resztę czasu w Szwedzkim Prewentorium dla dzieci w Ot-



Prezes szwedzkiego C. K., hr. Folke Bernadotte w towarzystwie prezesa P. C. K., dr. B. Kostkiewicza na lotnisku

wocku, hr. Bernadotte wystartował w dn. 27 kwietnia w powrotną drogę, żegnany przez przedstawicieli P.C.K.

Jako pamiątkę pobytu w Polsce, prezes F. Bernadotte otrzymał od prezesa Kostkiewicza album, zawierający zdjęcia i opisy, przebytej w Polsce trasy.

Reorganizacja Gł. Biura Poszukiwań UNRRA

Główne Biuro Poszukiwań (C.T.B.) już od 15 lutego br. nie przyjmuje żadnych indywidualnych zgłoszeń o poszukiwanie zaginionych. Sprawy te są obecnie załatwiane przez Biura Poszukiwań, funkcjonujące na terenie poszczególnych stref okupacyjnych, a mianowicie:

w Berlinie — dla strefy radzieckiej, w Baden - Baden dla francuskiej, w Wiesbaden dla amerykańskiej i B.AO.R. — dla strefy angielskiej.

Zadaniem Głównego Biura Poszukiwań jest obecnie prowadzenie Głównego Biura Archiwalnego, w którym czynna jest specjalna sekcja dla zbierania, przechowywania i rozsyłania dokumentów, dotyczących dzieci.

Główne Biuro Archiwalne prowadzi skatalogowaną bibliotekę dokumentów, fotokopie których dostarczane będą zainteresowanym Narodowym Biurom Poszukiwań.

Uznanie za zmarłego i stwierdzenie zgonu

Wojna napastnicza prowadzona przez hitleryzm, nie liczący się ani z konwencjami międzynarodowymi, ani ze zwyczajami wojennymi, wbrew tym normom, świadomie gwałconym, pozbawiła życia wiele milionów istot ludzkich. Szczególnie ciężko została dotknięta Polska, która jak wiadomo straciła około 20% swej ludności która zginęła na skutek bezpośrednich działań wojennych, a przede wszystkim długotrwałej okupacji i połączonej z nią akcji wyniszczania przez okupanta Narodu Polskiego. Więzienia, obozy wyniszczenia, obozy pracy, deportacje, kaźnie, rzezie, bezpośrednie działania wojenne, bombardowanie bezbronnych miast i wsi, oraz dróg komunikacyjnych, pociągnęły za sobą liczne ofiary w ludziach.

Śmierć każdego człowieka jako członka zbiorowości ma wielkie znaczenie w stosunkach prawnych. Fakt śmierci pociąga za sobą skutki prawne, które mogą być realizowane od chwili oficjalnego stwierdzenia faktu zgonu. Ze śmiercią łączą się prawa osobowe, rzeczowe, spadkowe, małżeńskie i inne.

W warunkach normalnych stwierdzenie faktu zgonu nie nastręcza trudności. Prawo o aktach stanu cywilnego oraz rozporządzenie wykonawcze do tego prawa podaje drobiazgowo przepisy w jakim terminie, kto obowiązany jest zgłosić fakt zgonu lub znalezienia zwłok urzędnikowi stanu cywilnego, który sporządza akt zejścia.

Akt zejścia stanowi dowód śmierci osoby, której dotyczy.

Wyjątkowe okoliczności towarzyszące wojnie, okupacji, wypadki (katastrofy) na morzu i w powietrzu, klęski żywiołowe itd., chęć zatarcia śladów zbrodni powodują w wielu razach niemożność rzeczywistą sporządzenia aktów zejścia osób zaginionych, względnie niesporządzenia aktów rozmyślnie przez tych, którzy śmierć pośrednio lub bezpośrednio spowodowali.

W tych wyjątkowych warunkach, kiedy fakt zgonu nie został stwierdzony aktem zgonu, osoba zaś fizyczna zaginęła i nie wiadomo czy pozostaje przy życiu, a zachodzi domniemanie, że śmierć nastąpiła, prawodawca nasz (jak zresztą innych państw) przewiduje specjalne postępowanie: „Uznanie za zmarłego".

Uznanie za zmarłego uregulowane zostało Dekretem z dnia 29 sierpnia 1945 r. „Prawo osobowe" (Dz. U. R. P., nr 40, poz. 223). Przepisy dekretu regulują kto, w jakich warunkach, po jakim okresie czasu może być uznany za zmarłego".

Ponieważ ustawa (dekret) została wydana jako przepis stały, obejmujący całokształt faktów dotyczących poruszonego zagadnienia uznania za zmarłego, zajmuje się ona uznaniem za zmarłego nie tylko osób, które zaginęły w wyjątkowych okolicznościach, ale i tych, które zaginęły w warunkach życia normalnego — np. wyjazd i nie dawanie znaku życia.

Postępowanie o uznanie za zmarłego może być wszczęte wyłącznie i jedynie co do osoby zaginionej. Zaginionym jest każdy, o którym nie wiadomo, czy pozostaje przy życiu.

W warunkach normalnych zaginiony może być uznany za zmarłego, jeżeli od końca roku kalendarzowego, w którym według istniejących wiadomości jeszcze żył, upłynęło lat dziesięć. Okres ten może być skrócony do lat pięciu przy wieku zaginionego lat 70 w chwili uznania go za zmarłego. Przed ukończeniem 18 lat zaginiony nie może być uznany za zmarłego.

Okoliczności szczególne, w których zaginiony przebywał, warunki szczególnego niebezpieczeństwa dla życia powodują skrócenie okresu czasu, który jest konieczny dla uznania za zmarłego. Są to: a) udział w działaniach wojennych, b) przebywanie na obszarze objętym działaniami wojennymi, połączone z prawdopodobieństwem, że zaginięcie pozostaje w związku ze spowodowanym tymi działaniami niebezpieczeństwem dla życia, c) pozbawienie w czasie wojny wolności przez władze obcego państwa i osadzenie w miejscu w którym życiu zaginionego groziło szczególne niebezpieczeństwo.

W wypadkach wymienionych wyżej zaginiony może być uznany za zmarłego już po upływie roku od końca roku kalendarzowego, w którym działania wojenne zostały zakończone.

Upływ okresu trzyletniego od ostatniej wiadomości o życiu zaginionego konieczny jest dla uznania za zmarłego, jeżeli został on w czasie wojny przymusowo wywieziony poza granice państwa z tym ograniczeniem, że uznanie to nie może nastąpić wcześniej, niż po upływie dwóch lat od końca roku, w którym działania wojenne zostały zakończone.

W stosunku do wojny rozpoczętej w dniu 1 września 1939 r., termin zakończenia działań wojennych ustalony został na dzień 9 maja 1945 r., bieg zaś terminów rocznego, względnie 3-letniego, rozpoczyna się nie z końcem roku 1945, lecz z dniem zakończenia działań wojennych.

Poza wypadkami najbardziej aktualnymi w związku z ostatnią wojną i podanymi wyżej, prawo przewiduje uznanie za zmarłego w związku z zaginięciem na skutek katastrof w czasie podróży morskiej, powietrznej oraz w innych wypadkach.

Sąd wydając orzeczenie o uznanie za zmarłego, określa datę śmierci. Uznanie za zmarłego powoduje skutki rzeczywistej śmierci z tym jednak zastrzeżeniem, że małżeństwo osoby uznanej za zmarłą rozwiązuje się dopiero z chwilą zawarcia przez jej współmałżonka nowego małżeństwa.

Fakt „uznania" za zmarłego bynajmniej nie stwierdza samego faktu śmierci, fakt ten jest jedynie domniemaniem, brak zaś dowodu bezspornego, że osoba uznana za zmarłą nie żyje.

Są wypadki, kiedy bezspornym jest fakt śmierci, fakt ten jednak nie został stwierdzony dokumentem, a jak wzmiankowaliśmy wyżej, jedynie akt zejścia stanowi dowód śmierci.

W tych wypadkach prawo przewiduje tak zwane „stwierdzenie zgonu"; polega ono na tym, że fakt niewątpliwej śmierci ustala Sąd przy pomocy dowodów (świadków) i stosownie do stwierdzonych okoliczności, w postanowieniu stwierdzającym zgon, ściśle oznacza chwilę śmierci. Stwierdzenie zgonu nie jest zależne od upływu czasokresu poprzedzającego stwierdzenie zgonu.

Sprawy o uznanie za zmarłego i stwierdzenie zgonu toczą się przed sądami grodzkimi, właściwym jest w zasadzie sąd miejsca ostatniego zamieszkania zaginionego, względnie zmarłego.

Postanowienie Sądu o uznanie za zmarłego lub o stwierdzenie zgonu może być w każdym czasie uchylone, wniosek jednak o uchylenie może zgłosić jedynie zaginiony względnie prokurator. Skutki uznania za zmarłego lub stwierdzenie zgonu ustają, względnie podlegają zmianie.

Instytucja uznania za zmarłego i stwierdzenia zgonu w drodze sądowej znana była na terenie naszego państwa i przed wydaniem omówionych dekretów, jednakże dekrety z dnia 29 sierpnia 1945 roku znakomicie uprościły postępowanie, skróciły terminy wyczekiwania, odpowiadając potrzebom społecznym, nieliczne bowiem są obecnie po barbarzyństwie niemieckim rodziny w Polsce, które by nie były zmuszone korzystać ze wskazań dekretów. Dowodem tego są tysiące interesantów, którzy przewijają się przez Biuro informacji i poszukiwań Zarządu Gł. P. C. K.

L. Żaryn

Drogi P. C. K. prowadzą do wsi

W Polsce dzisiejszej zaszły głębokie przemiany polityczne, gospodarcze i społeczne. Nastąpiły też zmiany w programie i praktyce kierunków ideologiczno-wychowawczych. Rysuje się też potrzeba rozszerzenia zakresu prac i naszej instytucji — Polskiego Czerwonego Krzyża.

P. C. K. musi nie tylko rozwijać swe dzieło miłosierdzia, ale i objąć swą działalnością nowe, dotychczas zaniedbane tereny, w swej nieustannej trosce o dobro człowieka. Tym nowym odcinkiem pracy P. C. K. winien być teren wiejski, tj. gminy i gromady.

Wieś była zaniedbana od wieków. Całe pokolenia rosły w nędzy i niedostatku, a umierały z myślą o szczęśliwości tylko wiekuistej. Chłopu nikt nigdy nie pomagał, mało kto troszczył się o jego los i przyszłość.

Obecnie P. C. K. musi zrobić wszystko, aby wieś wprządz w życie społeczne. Chodzi o to, abyśmy my, Pełnomocnicy Oddziałowi P. C. K., mający bezpośrednio pod swoją pieczą teren wiejski, pozyskali lud wiejski dla naszej sprawy czerwonokrzyskiej. Pracę mamy ułatwioną. ponieważ nasze hasła czerwonokrzyskie łączą ludzi, a nie dzielą.

Jak należy tę pracę poprowadzić, żeby dała ona pozytywne rezultaty? — Otóż, należy przede wszystkim mieć dobrego instruktora, który winien stale objeżdżać teren, organizować zebrania po gminach i gromadach, a na tych zebraniach przekonywać lud wiejski o potrzebie należenia i popierania P. C. K. Gromada bowiem jest najmniejszą komórką administracyjną na wsi, Koło P. C. K. dla dorosłych winno być przeto kluczową komórką organizacyjną w gromadzie, a nie tylko w samej gminie.



Ambulans ruchomy PCK opiekuje się dziećmi we wsiach okręgu Szczecińskiego

Od rozwoju i wartości Koła gromadzkiego P. C. K. dla dorosłych, od treści codziennego jego życia, zależna będzie siła naszej całości organizacyjnej na odcinku wiejskim.

Za powyższą zasadą organizacji (Koło P.C.K. w każdej gromadzie) przemawia i to, że przeciętnie gromada wiejska liczy od 30 do 80 domów (w Poznańskiem i na Pomorzu), a zatem — od 150 do 350 mieszkańców. W tych warunkach Koła w gromadzie mają ułatwioną pracę, ponieważ terenowo są zwarte, a nieduża stosunkowo liczba mieszkańców pozwoli dotrzeć Zarządowi Koła do każdego mieszkańca gromady, zwerbować go na członka, poznać jego potrzeby.

Co P. C. K. może dać ludziom na wsi?

Przede wszystkim należy przeszkolić na kursach Rat.-San. taką liczbę ratowniczek sanitarnych w nagłych wypadkach, ażeby każde Koło w gromadzie posiadało przynajmniej dwie absolwentki tych kursów. Jedna z tych absolwentek powinna otrzymać od Oddziału zestaw apteczki podręcznej (stale uzupełniany), ażeby mogła udzielić w każdej chwili pierwszej pomocy potrzebującemu na terenie swojej gromady. Druga absolwentka winna być rezerwą i pomocą dla pierwszej. Potrzebę dwóch ratowniczek sanitarnych w każdym Kole gromadzkim P. C. K., uzasadniam jeszcze tym, że w każdej gminie zbiorowej poszczególne gromady są tak rozrzucone w terenie, iż odległości wynoszą od 5 do 8 km od gromady do gminy, siedziby władz gminnych. Gdyby istniało tylko Koło w gminie zbiorowej, nie zaś w gromadzie, to w praktyce po aspirynę, pyramidon, czy po inną pomoc musiałby dany osobnik pójść z gromady do gminy i to nieraz kilka km.

Obecność ratowniczek sanitarnych w każdej gromadzie ma jeszcze tę dodatnią stronę, że poza niesieniem pomocy w nagłych wypadkach, mogą one (przodowniczki zdrowia) spełniać rolę pielęgniarek społecznych, chodząc od chaty do chaty po gromadzie, niosąc wszystkim pomoc, ulgę w cierpieniu, dobrą radę i słowa pociechy. Taka praca ratowniczek sanitarnych byłaby największym atutem propagandowym na wsi i zarazem realnym czynem pod znakiem Czerwonego Krzyża.

Poza tym ratowniczki sanitarne winny wchodzić w skład Zarządów Kół gromadzkich, jako uświadomione, aktywne działaczki P. C. K.

Jeszcze jest jedna ważna rzecz, którą wieś bardzo będzie cenić. W dni targowe, kiedy lud wiejski przyjeżdża do miasta powiatowego, Przychodnia Lekarska Oddziału P. C. K. powinna w tym czasie być czynna przez cały dzień, a lekarze winni udzielać porad lekarskich przyjezdnym członkom P. C. K. z poszczególnych gromad i gmin.

Również ważne jest, żeby w terenie, tam gdzie jest rzadka sieć Ośrodków Zdrowia, każdy Oddział zorganizował 2 do 4 Stacji Sanitarnych, które winny obsługiwać Siostry Pogotowia Sanitarnego, zaś lekarz powinien dojeżdżać raz w tygodniu lub raz na dwa tygodnie.

W ten sposób zorganizowana praca czerwonokrzyska na wsi wcześniej, czy później da dobre wyniki. Osiągnął je już na odcinku wiejskim Oddział Toruński, zorganizowawszy w ciągu roku 81 Kół, w poszczególnych gminach i gromadach powiatu toruńskiego. Członkowie tych Kół w liczbie 3.800 płacą składki do Oddziału, poza tym urządzają imprezy na rzecz P. C. K. itp. Ratowniczek sanitarnych z ukończonym 60-godzinnym kursem posiada oddział 93, z których 81 ma apteczki i pracuje w miarę możliwości, obsługując potrzebujących pomocy, na terenie swego Koła. Każda z nich prowadzi zeszyt i notuje komu i jaka pomoc została udzielona.

Sądzę, że po niniejszym artykule Pełnomocnicy Oddziałowi zabiorą głos w tej sprawie i podzielą się spostrzeżeniami, zebranymi na własnym terenie.

W końcu pozwalam sobie zauważyć, że jedną z przyczyn słabych tu i ówdzie wyników naszej pracy było i jest (m. innymi) niejednokrotnie konserwatywne stanowisko niektórych pracowników P. C. K. Musimy szerzej rozwijać naszą działalność w Kołach Mł. P. C. K. przy szkołach średnich i zawodowych, Kołach lokalnych P. C. K. przy większych fabrykach, zakładach i instytucjach. W świecie ludzi pracy fizycznej musimy pozyskać wielu członków, a tym samym zdobyć ich dla naszej idei czerwonokrzyskiej. **Wł. Pająk**



Do oddziału PCK w Nowym Targu przyszły dzieci po pomoc

Wojenne szpitale PCK w Żyrardowie*)

Ogarnąwszy sytuację, postanawiam pozostać. Pierwszą czynnością było dowiedzieć się, kto może pracować stale, a komu obowiązki osobiste pozwalają ofiarować tylko pomoc doraźną. O tym, żeby kogoś zaangażować, komuś zapłacić, czy jakoś wynagrodzić, mowy być nie mogło. Placówka powstawała najdosłowniej z niczego. Jedyne rekwizyty, jakie były w danej chwili do naszego rozporządzenia, dały się zdefiniować w trzech nazwach: pusty budynek na szpital, narzędzia lekarskie i leki. Dysponowaliśmy jeszcze nieograniczoną nadzieją na gorące serca i miłosierne dłonie żyrardowian, a czas miał nas niejednokrotnie przekonać, że przewidywania nasze były słuszne.

Przy sposobności podkreślić wypada, że znając miasto i wiedząc, iż ofiarodawcy nie należą bynajmniej do kategorii milionerów, a nierzadko dzielą się ostatnią koszulą, czy oddają jedyne łóżko, Polski Czerwony Krzyż, ofiarowane przedmioty ulegające zniszczeniu, jak na przykład bielizna, starał się traktować jako pożyczkę wojenną i wydawał na nie pokwitowania. Niektórzy, traktując to jako zwykłą formalność, przyjmowali kwity obojętnie, inni natomiast, wręcz odrzucali możliwość jakiegokolwiek zwrotu. „Spełniamy obowiązek i basta“, — mawiali zazwyczaj.

Sale wreszcie urządzono: ranni, nakarmieni i opatrzeni, w czystej bieliźnie i pościeli; sanitariuszki we własnych świeżych fartuszkach. Jest nawet lekarz, uciekinier z zachodu. Tylko atmosferę cichego zakątka szpitalnego trudno jest jakoś utrzymać,gdyż po przez wszystkie możliwe przejścia przepływa stale strumień ofiarodawców z darami, aby nakarmić chorych. Z aprowizacją wewnętrzną ciągle jest jeszcze krucho. Poza tym do zakłócenia spokoju przyczyniają się niemało częste jeszcze naloty niemieckie.

— Jak pan myśli, doktorze, może wywiesić flagę czerwonokrzyską? — pytam doktora.

— Chyba po to, aby „im“ ułatwić cel, — odpowiada z gorzkim, doświadczonym uśmiechem.

Więc naloty sobie, a obowiązki sobie. Czasem tylko ktoś z przyzwyczajenia, słysząc warkot motoru tuż nad samym szpitalem, stanie pod filarem skonstatowawszy jednak, że nic się ważnego nie dzieje, bo wszyscy normalnie się zachowują, macha ręką i wraca do przerwanej pracy.

Dopiero późnym wieczorem szpital nabiera właściwego charakteru.

W przyćmionym świetle osłoniętych żarówek spływa na chorych ukojna cisza. Dyżurne siostry snują się między łóżkami, niby białe anioły miłosierdzia. Szelest ich miękkich pantofli, szmer oddechów śpiących żołnierzy, zlewa się w harmonijne dźwięki łagodnego spokoju po burzy.

— „Siostruniu najmilsza, gdzie my jesteśmy“ — szemrze ostrożny, delikatny szept.

— Jesteście pod opieką Polskiego Czerwonego Krzyża, — pada w ucho równie ostrożna, cichutka odpowiedź.

„A czy w lasku pod Żyrardowem jeszcze się biją?“

— Biją się.

— „Siostruniu, aaa...a Warszawa ?“

— Warszawa nasza, w polskich rękach.

W ciszy nocnej wilgotne policzki tulą się wdzięcznie do ukojnych dłoni. Jak to dobrze, że jest szaro i w przyćmieniu świateł nie widać nieposłusznych łez, co niespokojnie tłuką się po brodzie.

— Dobranoc....

— Dobranoc....

*

W szpitalu ruch.

Ogromny „Stadion“ żyrardowski obejmuje kratą ogrodzenia około 30.000 polskich żołnierzy. Stoją skostniali w rozmoklej ziemi, utkani szczelnie, bez możności choćby przykucnięcia, nękani głodem, chorobami i brudem. Między władzami niemieckimi, a p. Tomaszewską, jako przedstawicielką PCK, toczą się pertraktacje.

— Co to będzie, proszę pani? — troska się przygodna rozmówczyni,— tylu tych żołnierzy, a miasto zupełnie wyczerpane. Przez tę noc, co spędziliśmy w polu, niemcy rozgrabili co się dało, a resztę zniszczyli na miejscu.

Była to prawda.

Ja sama, wróciwszy do domu, zastałam na środku pokoju stos, składający się z różnego rodzaju odzieży, żywności, potłuczonego szkła, zlany obficie... konfiturami. Lecz spojrzawszy w tej chwili przez okno, znalazłam gotową odpowiedź:

Chodnikiem ulicy, obok PCK, przeciągała właśnie procesja z kotłami i wiadrami gorącej zupy. Niektórzy ciągnęli nawet wozami. Okazało się, że przezorniejsi mieszkańcy Żyrardowa ukryli swoje zapasy poza miastem i teraz robili z nich właściwy użytek.

Pertraktacje zakończono. Niemcy pozwolili ludności cywilnej na okazanie pomocy polskim żołnierzom. Z poza krat ogrodzenia wlot wysunął się las drżących rąk po życiodajną zupę. A kiedy nazewnątrz napełniano menażki, — Polskie Drużyny Sanitarne PCK — w drodze wyjątku wpuszczone na teren stadionu, hojną dłonią rozdzielały leki i wszelką pomoc sanitarną.

Przy sposobności ujawniło się, że między stłoczonymi żołnierzami, znajduje się wielu chorych, w tym pewna ilość nawet zakaźnych. Rzecz prosta, że wybuch epidemii wśród żołnierzy, których miano zabrać do niewoli na teren Niemiec, wywołał nie pokój w dowództwie niemieckim. Toteż druga pertrakcja przedstawiciela P.C.K. z Niemcami — przyniosła nam nowe ustępstwo, z którego skorzystaliśmy skwapliwie. W wyniku — powstały dwa nowe szpitale P.C.K.

*

Ulica nie zawsze ukazywała nam pocieszające widoki w rodzaju pochodu kotłów z zupą. W drugim dniu po wkroczeniu do miasta Niemcy zaczęli sobie „używać“ na Żydach. Z początku nie mogłem się zorientować, co to takiego, widząc łan pleców ludzkich, falujący w jakimś nieskoordynowanym ruchu. Dopiero po dłuższej chwili uprzytomniłam sobie z wielkim zdumieniem, że ludzie pod „obstrzałem“ kopnięć i kolb karabinowych, zbierają na kolanach różne drobne odpadki uliczne, jak źdźbła słomy, szkło, ekskrementy zwierzęce itp.

Któregoś dnia nastąpiła masowa masakra łódzkich Żydów. Przypędzili ich do Żyrardowa, ustawili pod parkanem tzw. „Tytoniówki“ i jęli siec z karabinów maszynowych.

Z przejeżdżających ulicą samochodów słychać jęki. Zatrzymujemy je:

— Chcecie ich wziąć? Zabierajta.

Wojskowi niemieccy, szoferzy i obsługa zeszli z ciężarówek i z ironicznym uśmiechem pod adresem „glupia Polen“, pomaszerowali do najbliższej knajpy, dodawszy jeszcze na odchodnym, żeby pospieszać, bo im maszyny potrzebne do dalszej „roboty“.

A my istotnie spieszyliśmy, choć powody nasze były zgoła odmienne.

Z bezkształtnego stosu ciał, załadowanych bezładnie do ciężarówek i przeznaczonych już do „zakopania“, zdołaliśmy uratować z górą 60 osób. Duża jednak część nieszczęśliwych, która dostała się na spód, przygniecona naciskającymi górnymi warstwami zabitych i rannych, została żywcem zaduszona.

Tak powstał czwarty szpital P.C.K. w małym Żyrardowie.

Dla ścisłości dodać należy, że jakkolwiek był on najmniejszy, a nawet w porównaniu z innymi całkiem mikroskopijny, kłopotu z nim było najwięcej. Ponieważ pacjenci tego szpitalika rekrutowali się z elementów nie wojskowych, nie wolno nam było lokować ich w ośrodkach wojskowych i z konieczności stanowić musieli grupę odrębną. Poza tym na udzielanie z naszej strony jakiejkolwiek pomocy, władze okupacyjne patrzyły bardzo krzywo. Mimo to leków, urządzeń, przyborów sanitarnych itp., P.C.K po kryjomu doręczył szpitalikowi w ilości wystarczającej. Sprawa pomocy lekarskiej natomiast wyglądała z początku wręcz beznadziejnie.

Prywatni lekarze żydowscy, jedyni, jacy zostali w mieście, w obawie szykan niemieckich, nie odważali się pokazywać na ulicy. Lekarzom, wyciągniętym ze „Stadionu“, jako jeńcom wojennym, nie wolno było oddalać się poza mury szpitalne pod groźbą „kuli w łeb“. Wszelkim zaś staraniom o przepustki „władze“ stale, kategorycznie odmawiały.

Sympatyczna panna Elka, kierowniczka sanitarna szpitalika, patrzy na mnie zgnębionymi oczyma i skarży się cichym, złamanym głosem: — „Co robić? — proszę pani. — Co robić?“

Młody lekarz, obecny przypadkiem rozmowie, zbliża się z miną zdecydowaną.

— Ja pójdę.

I z nastaniem „szarówki“, starannie przebrany młody lekarz o złotym sercu, uzbrojony w przepustkę zejścia z dyżuru i eskortowany przez autentyczne siostry — wyrusza w drogę.

Odtąd więc i ta bolączka została jako tako rozwiązana.

---

*)

W okresie od września 1939 r. do chwili oswobodzenia Żyrardowa w styczniu 1945 r., Oddział PCK w tym małym mieście z niezwykłą ofiarnością i bohaterstwem niósł pomoc ofiarom wojny i okupacji.

Przebieg działalności PCK w Żyrardowie odzwierciadla opracowany przez ob. M. Marczakową opis, mający niewątpliwie znaczenie dokumentu ponurych czasów okupacji. Fragment tego opisu drukujemy poniżej. Jest on poświęcony akcji pomocy, jaką PCK w Żyrardowie zorganizował we wrześniu 1939 r. i październiku 1939 r., kiedy to na żyrardowskim stadionie sportowym Niemcy zgromadzili dziesiątki tysięcy wziętych do niewoli żołnierzy polskich, nie troszcząc się o ich wyżywienie i inne potrzeby.

W tym też czasie dali żołnierze niemieccy w Żyrardowie pierwszy „pokaz” swego nieludzkiego stosunku do Żydów (przyp. Red.).

Miesiąc w Polsce

Ostatecznym sklamrowaniem akcji interwencyjnej wobec klęski powodzi było ukonstytuowanie się **Centralnego Komitetu Obywatelskiego Pomocy Ofiarom Powodzi** pod przewodnictwem Prezydenta Rzeczypospolitej Do Komitetu tego wszedł m. in. przedstawiciel PCK.

Planowa akcja techniczno - interwencyjna rządu i wojska, wsparta współpracą społeczeństwa, zapobiegła poważnie niszczącym siłom powodzi.

Pozostały jednak bolesne jej skutki: zniszczenie kilkudziesięciu tysięcy hektarów ziemi, domów i zabudowań gospodarczych, warsztatów pracy, utrata życia i zdrowia tysięcy ludzi.

Przez powołanie Komitetu całość akcji pomocy została ujęta w jednolite ramy organizacyjne, zapewniając najbardziej właściwe rozprowadzenie świadczeń Rządu i społeczeństwa pomiędzy wszystkie tereny, dotknięte klęską powodzi.

*

Społeczeństwo polskie śledziło z niesłabnącym zainteresowaniem przebieg i osiągnięcia **Konferencji w Moskwie.** Nikt bardziej, niż Polacy, nie tęskni do prawdziwego pokoju. Brak jednomyślności wielkiej czwórki w zasadniczych sprawach, dotyczących Niemiec, był w Polsce odczuwany w sposób przykry, czego nie mogły osłabić przejawione wspólne tendencje szukania kompromisu.

Dla Polski, która w ciągu dwóch lat, przy wielkim nakładzie środków i energii, przesiedliła na Ziemie Odzyskane ponad 5 milionów osób, sprawa jest przesądzona także i przez fakt, że prawa do własnej siedziby i do spokojnej twórczej pracy tej osiedlonej tam masy ludzkiej stanowią pozycję, zdolną do wytrzymania naporu nawet najbardziej szaleńczej gry dyplomatycznej.

„Rząd polski uważa sprawę granic zachodnich Polski za zdecydowaną i przesądzoną, zgodnie z uchwałami konferencji w Jałcie i w Poczdamie, jako też zgodnie z umowami o przesiedleniu ludności niemieckiej, zawartymi z władzami sojuszniczymi na podstawie uchwał poczdamskich“...

W tych słowach zamknął oficjalne stanowisko Polski Minister Spraw Zagranicznych, Modzelewski, na konferencji prasowej w dniu 10.IV.br.

*

Jakby odpowiedzią na te nieprzychylne dla narodu polskiego głosy, były dwie swego rodzaju manifestacje osiągnięć powojennego wysiłku narodu, zorganizowane w kwietniu br.

1) TYDZIEŃ ZIEM ZACHODNICH — organizowany „w trosce o własną suwerenność i pokój świata" (jak mówi okolicznościowa odezwa Polskiego Związku Zachodniego), apel narodu do współpracy i obrony integralności Ziem Zachodnich.

Mowa min. Marshalla, dzięki zbiegnięciu się w czasie z „Tygodniem Ziem Zachodnich", znalazła najlepszą odprawę w założeniach programowych i realizacji tej ogólnokrajowej imprezy wychowawczo - informacyjnej.

2) TARGI POZNAŃSKIE, otwarte w ostatnich dniach kwietnia w Poznaniu, podjęły przedwojenną dobrą tradycję Powszechnej Wystawy Krajowej i pokazały Polsce i światu prawdę o dynamice gospodarczej Polski odrodzonej, o jej samozaradności i o sprawności gospodarczo - organizacyjnej. Wśród eksponatów wybiły się na jedno z czołowych miejsc wyroby przemysłu Ziem Odzyskanych.

Nie tylko dążenia i hasła są udziałem Polaków, ale także osiągnięcia. Język osiągnięć gospodarczej natury musi być wymowny dla tych, którym prawda historyczna, prawo moralne, prawo człowieka żywego nie przemawiają do przekonania.

*

Swego rodzaju sukursem dla społeczeństwa polskiego w tej sprawie były słowa:

„Uważamy, że Wasze granice zachodnie są ostateczne, inaczej pokój byłby zagrożony", wypowiedziane przez przedstawiciela delegacji parlamentu, działaczy społecznych i dziennikarzy brytyjskich, przebywających w tym czasie w Polsce.

*

W dniu 20 kwietnia br. wznowiona została przerwana na okres zimowy akcja repatriacji Niemców. Równocześnie napływać będzie na teren Ziem Zachodnich nowa fala osiedleńców polskich, która trudem znojnym a twórczym, rozwijać będzie dotychczasowe dzieło odbudowy tych Ziem.

*

Na sesji Sejmowej, zwołanej w połowie ubiegłego miesiąca, podjęte zostały prace nad nowym budżetem Państwa oraz Państwowym Planem Inwestycyjnym na rok 1947. Spośród 85,4 miliardów złotych ogólnej wartości inwestycyj, prawie 29 miliardów przeznaczone jest dla Ziem Zachodnich. Dotychczasowy swój wkład w te ziemie, wynoszący ok. 600 mil. dolarów, Polska powiększy w 1947 roku o wymienioną wyżej kwotę.

Cechą nowego Planu jest uwzględnienie obok strony finansowej także bazy materiałowej i bazy zatrudnienia, czego nie posiadał plan roku poprzedniego.

*

Warszawa, miasto najbardziej przez wojujący germanizm doświadczone, otrzymało zaszczytny dyplom w postaci uchwały II-go Kongresu Międzynarodowej Federacji b. Więźniów Politycznych (FIAPP), który odbył się w Paryżu w pierwszych dniach kwietnia br., powołującej w art. 36 statutu Federacji, Warszawę, jako żywy symbol męczeństwa, na siedzibę Sekretariatu Generalnego FIAPP.

*

Odwiedził Polskę **hr. Folke Bernadotte**, Prezes Szwedzkiego Czerwonego Krzyża. Jako gość PCK odwiedził Warszawę, tereny dotknięte powodzią oraz Prewentorium PCK w Dzierżąznie, prowadzone przy współudziale Szwedzkiego Czerwonego Krzyża.

dr Zb. Madeyski

Kurs wiejskich przodownic sanitarnych

Celem krzewienia zasad higieny wśród ludności wiejskiej, Warsz. Okręg PCK otworzył w dniu 11 kwietnia br. w Oryszewie pierwszy kurs wiejskich przodownic sanitarnych.

Kurs został zorganizowany dla 40 słuchaczek przez Okręg Warszawski PCK przy współudziale Zarządu Głównego Związku Samopomocy Chłopskiej oraz Wojewódzkiego Wydziału Zdrowia. Program kursu objął przedmioty następujące: anatomię, higienę osobistą i otoczenia, oraz higienę kobiet, matki i dziecka, ratownictwo i wiadomości o Polsce współczesnej, organizację i działalność PCK, Związku Samopomocy Chłopskiej, oraz wychowanie fizyczne.

Na kursie odbywały się nadto wykłady i pokazy z dziedziny drobnego gospodarstwa wiejskiego ze szczególnym uwzględnieniem ogrodnictwa, jedwabnictwa i przędzarstwa.

Kurs zakończył się w przewidzianym terminie 26 kwietnia. Przeszkoliło się na nim 25 dziewcząt, delegowanych przez wszystkie powiaty Okręgu Warszawskiego. Słuchaczki wykazały duże uzdolnienie i zainteresowanie pracą. Kurs prowadzony był przez dr Gajka, lekarza z Guzowa, oraz dwie dyplomowane siostry Czerwonego Krzyża.

Egzamin końcowy wykazał dobre wyniki.

Absolwentki w liczbie 25 rozjeżdżają się w teren, aby podjąć nowe, a tak ważne dla wsi polskiej obowiązki. Wniosą one na wieś praktyczne zasady higieny, a pracując całkiem bezinteresownie, staną się wzorem uspołecznienia.

Następny kurs, który rozpoczął się również w Oryszewie 6 maja br., będzie trwał 6 tygodni. Program jego został znacznie rozszerzony.

Zakończenie I Kursu odbyło się uroczyście w obecności przedstawicieli Okręgu Warszawskiego PCK i prasy.

(I)



Uczestniczki Kursu przodownic sanitarnych w Oryszewie z uwagą słuchają wykładu

Przyszły paczki z zagranicy...

— Imię i nazwisko?
— Teresa Nowicka.
— Proszę o zawiadomienie i o dowód osobisty... adres... numer paczki...

Starsza, ubogo ubrana kobieta pośpiesznie wyjmuje dowód i zawiadomienie, które dnia poprzedniego otrzymała od Okręgu Warszawskiego P.C.K.

— Od kogo paczka?
— Od męża, Antoniego Nowickiego.

Paczka, której w tej chwili według numeru szukają w magazynie, przedstawia dla osoby odbierającej nie tylko materialną wartość, tak potrzebną dla podtrzymania trudnej egzystencji; to także dowód troski i więzi, którą chwilowo rozerwała wojna, lecz która trwa nadal.

— Proszę podpisać... Oto paczka i przepustka... Następny.

I znów to samo, z tą tylko odmianą, że ktoś otrzymuje jednocześnie 2—3, a nawet 4 paczki, że paczka jest od syna, szwagra, brata lub przyjaciela, że przyszła z Anglii, z Brazylii lub Włoch. Niezmienny jest tylko błysk radości w oczach odbierających i rozrzewnienie, malujące się na twarzach zarówno mężczyzn, jak kobiet.

Kobiety przeważają, zwłaszcza matki i żony. Długa kolejka wije się przez korytarz, schody, kończy się na podwórzu. Ten koniec denerwuje się najbardziej, bo paczki wydaje się do godz. 13-ej, więc może nie zdążą, może trzeba będzie przyjść jutro?.. A w maleńkim pokoiku praca idzie bez wytchnienia. Jak maszyny, pracują ręce, wypisujące asygnaty, wyszukujące i zdejmujące z półek paczki.

Robota wymaga pośpiechu, bo transport liczy aż 950 paczek. Jest to z kolei od listopada ub. r. transport 10 i największy. Każdy z poprzednich liczył od 150 do 500 sztuk. Jedne przyszły z Anglii, od byłych wojskowych i jeńców; paczki włoskie zabrała ambasada polska w Rzymie i przysłała do Polski pod zbiorowy adres Polskiego Czerwonego Krzyża do składnicy w Sosnowcu. Tam paczki sortuje się i przesyła do Okręgu celem doręczenia ich adresatom.

Transporty przychodzą co miesiąc, a nawet co 3 tygodnie. Po nadejściu transportu pierwszą czynnością urzędników Okręgów P.C.K. jest zestawienie doraźnego spisu i rozesłanie zawiadomień do adresatów na terenie całego Okręgu. Zanim poczta doręczy te zawiadomienia, biuro segreguje paczki, dając im wewnętrzny numer inwentarzowy.

Niestety, nie wszyscy odbiorcy paczek zgłaszają się po nie w terminach, wyznaczonych w zawiadomieniach. Zwłoka w odbiorze paczek naraża Polski Czerwony Krzyż na zarzuty ze strony zagranicznych nadawców o nieterminowe doręczanie paczek, a nadto — blokuje szczupłe pomieszczenia magazynowe P.C.K.

Paczki nieodebrane w ciągu 3 miesięcy, zostają zwracane Zarządowi Głównemu P.C.K.

Od chwili nadejścia do Polski — paczki dostają się do rąk adresatów w ciągu 2 — 4 tygodni. Jest to stosunkowo duży odcinek czasu. Na przeszkodzie szybkiej manipulacji stoi brak środków transportowych, zmiana miejsc zamieszkania adresatów itp.

W paczkach, przesyłanych za pośrednictwem P.C.K., znajduje się: żywność, odzież, bielizna itp.

Ze statystyki zażaleń wynika, że niektóre paczki są „naruszane" w drodze przez szabrowników. Składa się na to wiele przyczyn: długotrwały transport morski, manipulacja naładunku, wyładunku, a nawet przeładunku w różnych portach (np. ostatnio w Antwerpii wskutek mrozów) nastręczają okazję do nadużyć, popełnianych przez nieuczciwe jednostki, których niemało jest we wszystkich krajach. Bezstronnie stwierdzić trzeba, że niektóre paczki są „szabrowane" do drodze do Polski, na naszym terenie — tylko w nielicznych, niemal wyjątkowych wypadkach.

Pracę pośredniczenia w dostarczaniu paczek od Polaków z zagranicy dla ich rodzin w kraju prowadzi P.C.K. zupełnie bezinteresownie. W biurach okręgów w czasie wydawania paczek — na stole stoi puszka ofiar. Obdarowani winni o niej pamiętać.

M. Wysznacka

Ojczyzna w Oflagu

Niewola nie pozostawiła w nas wspomnień przyjemnych. Nie dlatego, że było się za drutami i pod strażą „Herrenvolku", i nie dlatego także, że było nieraz „chłodno i głodno" — lub, że mieszkaliśmy w szesnastu w izbie barakowej, przeznaczonej zasadniczo dla czterech, względnie sześciu.

Wszystko to było zresztą fraszką wobec tego, co się działo w obozach koncentracyjnych. Głównym złem było dla nas poczucie własnej bezwartości. Dzięki tajnemu radioodbiornikowi i krajowej prasie podziemnej wiedzieliśmy bowiem o twardej postawie i przerąbywaniu się Narodu poprzez koszmarnie ciężkie życie pod okupacją oraz o tym, jak krzepnie i coraz bardziej daje się we znaki Niemcom — polski ruch oporu. Mieliśmy także wiadomości o sławie bojowej naszych sił zbrojnych poza Krajem, jak również o tym, co się dzieje w Oświęcimiu czy Ravensbrück.

Wielu z nas zestawiało te fakty z życiem naszym, życiem jeńców wojennych i dochodziło do smutnego wniosku, że nawet bierne cierpienie nieszczęsnych więźniów kaźni niemieckich jest czymś o wiele bardziej pozytywnym — niż pobyt w niewoli.

Żarła nas też tęsknota za krajem i rodziną i niejeden cierpiał przez to na silną nostalgię. Toteż każda wieść z Kraju była wydarzeniem niezmiernie doniosłym. Odnosiło się to nie tylko do najdroższej, najmilszej nam korespondencji z Krajem, ale tak samo do krajowych paczek, które nawet w okresie otrzymywania przez nas po jednej całej paczce amerykańskiej „na głowę", grały w dziedzinie wyżywienia rolę główną, tak ze względu na największe wartości odżywcze, jak też z racji uczuciowych.

Nic więc dziwnego, że zupełnie szczególną radość sprawiły nam i wzruszyły do głębi serca paczki, przysłane z inicjatywy Biura Informacyjnego P.C.K., dwu - lub trzykrotnie do Oflagu VI-B. (Dössel Warburg) przez społeczeństwo lubelskie, przez ludzi „rodzinnie" wprawdzie obcych, ale reprezentujących z racji swej masowości sporą połać Kraju i Jego dla nas pamięci. Dlatego paczki te, zaopatrzone (każda) w gałązkę choinki i drukowane życzenia świąteczne P.C.K. — stanowiły pojawienie się **Ojczyzny w Oflagu.**

Jest rzeczą jasną, że wdzięczność za to odczuwaliśmy nie tylko dla ofiarodawców — lecz także dla inicjatorów i organizatorów. Być może, że posądzi mnie ktoś o chęć gloryfikowania P.C.K. — i będzie miał rację... ale tylko co do samego określenia mych intencji. Nie chcę bowiem gloryfikować. Pragnę jedynie powiedzieć wyraźnie to, co dawno ze strony nas, b. jeńców, — powinno było być powiedziane: że **Polski Czerwony Krzyż zasłużył się dobrze Żołnierzowi Polskiemu w niemieckiej niewoli,** tak przez zainicjowanie i zorganizowanie wspaniałej przesyłki paczek gwiazdkowych, jak też (i to przede wszystkim) przez odnajdywanie nam w tak wielu wypadkach rodzin, a nas — rodzinom.

Żona jednego z „oflagowców" oświadczyła mężowi swemu, że powinniśmy wszyscy ze względu na pracę Polskiego Czerwonego Krzyża dla nas, zostać Jego członkami. Pragnę, by zacne te i rozumne słowa dotarły do wiadomości jak największej liczby kolegów z niewoli — i by do słów tych zastosowali się jak najrychlej. Jest to obowiązek zwyczajnej przyzwoitości.

Kpt. Stefan Jellenta
b. jeniec wojenny z Nienburga, Itzehoe, Sandbostel, Lubeki i Dössel.

Jak się odżywiać podczas ciąży

W okresie ciąży kobieta winna odżywiać się szczególnie starannie. Od tego w znacznej mierze zależy zdrowie i rozwój dziecka, zabezpieczenie matki i późniejsze jej zdolności wykarmienia niemowlęcia. Jakkolwiek dieta podczas normalnej ciąży nie wiele odbiega od zwykłego codziennego odżywiania, należy zwrócić szczególną uwagę na te pokarmy, które dostarczają materiału budulcowego dla płodu. Kobieta w ciąży powinna spożywać dziennie około 1 litra, mleka, jedno jajko, przynajmniej 3 dk. masła, małą porcję (8—12 dk.) mięsa, lub ryby albo seratwarogu, jedną zwykłą porcję jakiejkolwiek grubej kaszy, 2 porcje warzyw, z których jedna podana na surowo, np. tarta marchew, sałata, pomidory itp., w zimie porcja kwaszonej kapusty, w lecie choćby 10 dk. owocu surowego. Dwa razy w tygodniu pożądana jest wątroba cielęca w ilości 10 do 15 dk.

JADŁOSPIS.

Przy skłonnościach do mdłości i wymiotów przed wstaniem z łóżka wypić pół szklanki ciepłego mleka.

Na **śniadanie** bardzo pożądane płatki owsiane na mleku, lub kawa zbożowa mleczna. Chleb z pełnego przemiału niezbyt świeży. Masło i marmelada owocowa lub ser-twaróg.

II śniadanie. 1 szklanka mleka, grahamka-bułka lub czerstwy chleb.

Obiad. Mała porcja zupy. Mięso gotowane lub pieczone. Wątroba może być smażona b. krótko, osolona przed podaniem. Ziemniaki najlepiej pieczone. Sałata lub kwaszony ogórek.

W miarę możności — deser, zawierający mleko, jaja.

Kolacja. Kluski z serem, zupa gęsta lub też potrawa z jaj, chleb z masłem. Owoc przed snem lub tarta surowa marchew.

W ciągu pierwszych trzech miesięcy ciąży nie potrzeba stosować pożywienia bardziej intensywnego, niż tego normalnie organizm wymaga, ale należy uważać, ażeby dieta kobiety w ciąży odpowiadała wymaganiom płodu, pod względem codziennego dostarczania składników budulcowych (białka z mleka, sera, mięsa, jaj) lub regulujących (witamin, wapnia, fosforu, żelaza, jodu). Składniki te znajdują się właśnie w produktach, wymienionych w jadłospisie.

W ciągu dalszych 6 miesięcy ciąży organizm kobiety potrzebuje tylko około 1/5 (20%) więcej kalorii, niż zwykle, ale wymaga pokarmów, które wnoszą więcej materiału regulującego.

Jeśli chodzi o zwiększone zapotrzebowanie kaloryczne, to tę potrzebę reguluje nieco zwiększony apetyt w tym okresie, szczególnie na potrawy takie, jak: kasze, pokarmy mączne, pieczywo.

Na początku tego okresu ciąży przybywa kobiecie tygodniowo około 1/4 kg. Aby zapobiec anemii zwiększyć należy porcje mięsa, szczególnie wątroby, zielonych warzyw, potraw z jaj, szczególnie żółtek w miarę możności. Pożądany dodatek drożdży do zup, sosów sałatkowych; w zimowe miesiące, tj. od listopada nawet do kwietnia, należy kobiecie w ciąży dawać tran w ilości 2 łyżeczek dziennie.

W końcu szóstego miesiąca ciąży, gdy rozszerzająca się macica uciska na jelita, może się zjawić skłonność do zaparcia stolca. Zamiast środków aptecznych lepiej regulować wypróżnienie dietą, a więc na czczo podawać owoce z łupiną, marchew tartą, chleb razowy ewent. kartkowy, do śniadania i obiadu zwiększyć porcje warzyw.

Ostatnie trzy miesiące ciąży powinno się spędzić bardzo higienicznie. Usunąć mięso, zastępując je serem, rybami, orzechami.

O ile przybytek na wadze jest zbyt gwałtowny i o ile lekarz zaleci ograniczenie soli, spożywać należy więcej tzw. surówek, potraw z jarzyn i owoców na surowo, zamiast gotowanych potraw jarzynowych i mącznych. Słone produkty, jak szynka, wędliny, nawet kwaszona kapusta są niewskazane.

M. Morzkowska
mgr. dietetyki

KRONIKA P. C. K.

POSZUKIWANIA ZAGINIONYCH PRZEZ RADIO

Biuro informacyjne P.C.K. w Warszawie dysponuje 10-minutową **„Skrzynką PCK"**, nadawaną w ramach porannej audycji **Polskiego Radia w Warszawie**, w godzinach 8.40 — 8.50 codziennie, z wyjątkiem niedziel i dnia 15-go każdego miesiąca (fala 395,8).

Od miesiąca lutego br. Wydział Poszukiwań Biura Inf. ogłasza w „Skrzynce PCK" poszukiwania tych osób, które prawdopodobnie po przyjeździe z za linii Bugu osiedliły się w województwach centralnych i zachodnich. Poza tym ogłaszane są poszukiwania dzieci polskich, zaginionych w czasie wojny oraz poszukiwania rodzin dla tych dzieci, które zostały odnalezione.

Placówki prowincjonalne PCK winny poinformować społeczeństwo miejscowe o tych audycjach i zachęcić do ich słuchania bądź w domach prywatnych, bądź przy głośnikach umieszczonych w szkołach, gminach, Domach Ludowych itp. instytucjach. Ewent. odpowiedzi na poszukiwania radiowe należy zgłaszać do Biura Inf. PCK w Warszawie bezpośrednio lub przez miejscową placówkę PCK.

Należy raz jeszcze wyjaśnić, że Biuro Inf. PCK nie przyjmuje ogłoszeń do audycji radiowych, lecz ogłasza bezpłatnie tylko te poszukiwania, które uzna za właściwe. Podkreśla się więc, że placówki PCK nie powinny przyjmować zleceń na poszukiwania przez radio.

Zagranicą nadawane są również w różnych krajach audycje poszukiwawcze.

W **Wiedniu** — począwszy od 16.11. 1946 r. Delegatura PCK nadaje skrzynkę poszukiwań i pozdrowień w każdą sobotę w godz. 17.30—17.57 na falach średnich 228,6 oraz na krótkich falach 30 m i 41 m.

W **Salzburgu** — z rozgłośni „Rot-Weiss-Rot" nadawane są poszukiwania w piątki w godz. 13.45—14.00 na falach krótkich 48 m.

W **Genewie** od końca 1946 r. Międzynarodowy Czerwony Krzyż nadaje poszukiwania osób wszelkich narodowości w audycjach codziennych w ciągu tygodnia na fali 47,28 m. — Poszukiwania Polaków podawane są w każdą niedzielę o godz. 18.45 i 19.15.

W NIEMCZECH

Wśród Polaków, dotąd jeszcze przebywających w Niemczech, znajduje się dość znaczna liczba inwalidów, którzy nabawili się inwalidztwa w obozach lub przy pracy w Rzeszy. Na terenie strefy brytyjskiej zarejestrowano ich do końca grudnia 1946 r.— 252.

Akcja rejestracji inwalidów, przeprowadzona w celu roztoczenia nad nimi opieki, szła opornie, gdyż wielu zarejestrowanych napotykało na trudności w zdobyciu dokumentów, stwierdzających nabawienie się inwalidztwa w Niemczech.

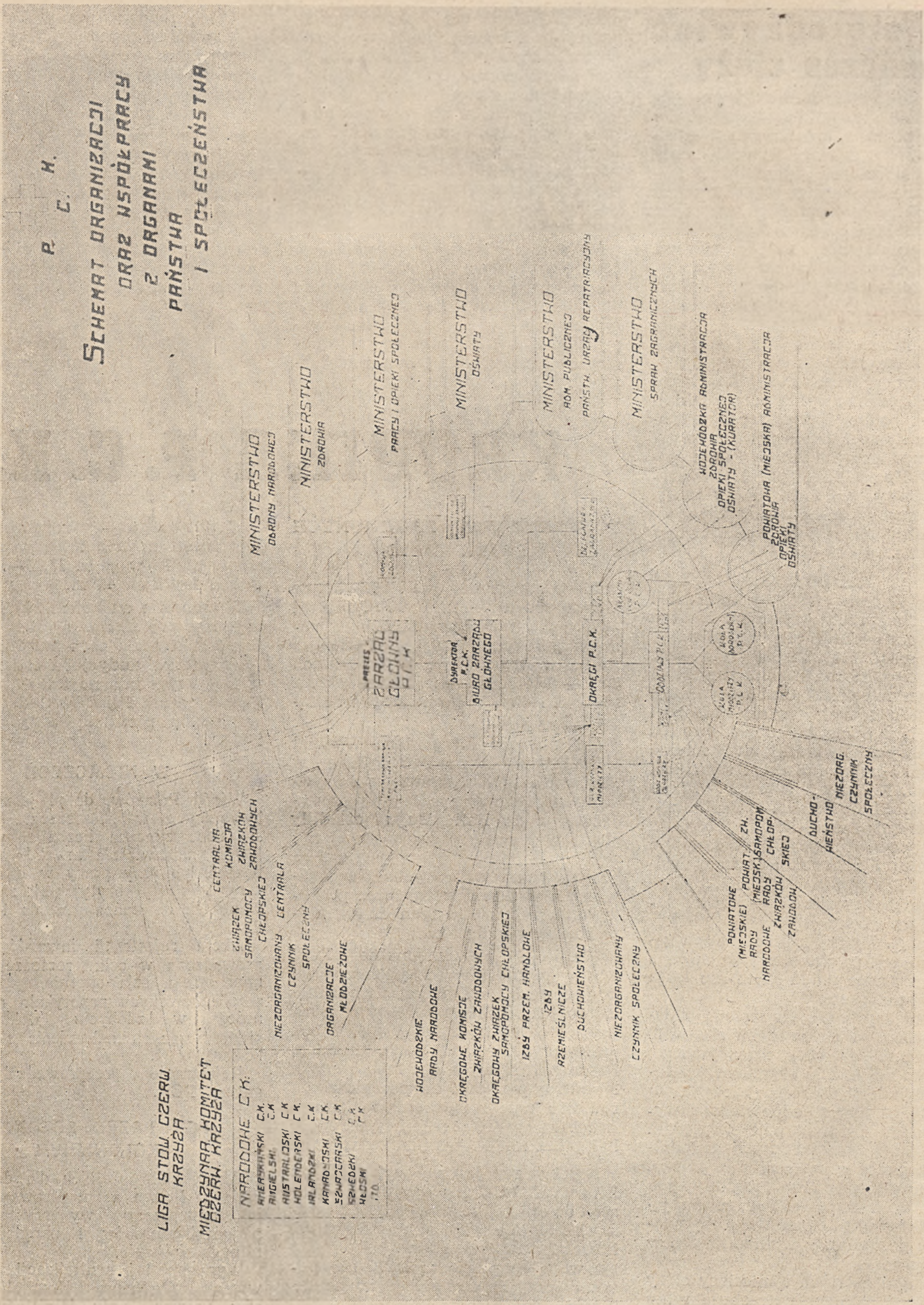
Rejestracje przeprowadzały Delegatury PCK.

PCK PRZED SEZONEM KOLONIJNYM

Akcja kolonii letnich dla dzieci została w Polsce scentralizowana, celem jak najlepszego wykorzystania istniejących terenów i urządzeń kolonijnych w kraju.

Wyrazem tej centralizacji jest powstanie Ogólnego Komitetu Wczasów Letnich przy Ministerstwie Oświaty, któremu w terenie odpowiadają wojewódzkie i powiatowe komitety wczasów letnich, funkcjonujące przy Inspektoratach Szkolnych.

Akcją kolonii letnich PCK kierować będą Komisje Okręgowe, istniejące na terenie okręgów Polskiego Czerwonego Krzyża, działając w porozumieniu z Komitetami Wczasów Letnich.



Prenumerata: Rocznie zł 120.— Półrocznie zł 60.— Kwartalnie zł 30.— Numer pojedyńczy zł 15.—

Prenumeratę należy wpłacać do Administracji, Warszawa, ul. Nowogrodzka 49 lub na konto P.K.O. Nr I-4529.

Redaktor przyjmuje we wtorki i piątki w godzinach 10 — 12. Administracja czynna w dni powszednie w godzinach 9 — 14.

Drukowano w Zakł. Graficznych „KSIĄŻKA", Warszawa, ul. Smolna 12. B-31444